MINISTERUL EDUCAŢIEI ŞI CERCETĂRII

PSIHOLOGIE

Mielu Zlate - coordonator
Tinca Creţu Nicolae Mitrofan Mihai Aniţei

Manual pentru clasa a X-a

10



2005

ACEST MANUAL A FOST FOLOSIT DE:

Anul	Numele elevului care a primit manualul	Clasa	Şcoala	Anul şcolar	Starea manualului*:	
					la primire	la returnare
1						
2						
3						
4						

*Starea manualului se va înscrie folosind termenii: *nou, bun, îngrijit, nesatisfăcător, deteriorat.*

Cadrele didactice vor controla dacă numele elevului este scris corect.

Elevii nu trebuie să facă nici un fel de însemnări pe manual.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României

Psihologie : manual pentru clasa a X-a / Mielu Zlate, Nicolae Mitrofan, Tinca Creţu, Mihai Aniţei. - Bucureşti : Aramis Print, 2005
ISBN 973-679-234-X

I. Zlate, Mielu

II. Mitrofan, Nicolae
III. Creţu, Tinca
IV. Aniţei, Mihai

159.9(075.35)

Autori: Prof. univ. dr. Mielu Zlate (coordonator), prof. univ. dr. Tinca Creţu, prof. univ. dr. Nicolae Mitrofan, conf. univ. dr. Mihai Aniţei
Referenţi: Prof. univ. dr. Elena Bonchiş; prof. univ. dr. Ion Negreţ-Dobridor
Redactor: Nicol Pop
DTP: Liviu Dobreanu

ISBN 973-679-234-X

Aramis Print s.r.l. • Redacţia şi sediul social:
B-dul Metalurgiei nr. 46-56, cod 041833, sector 4,
Bucureşti, O.P. 82 – C.P. 38
tel: (021) 461.08.10/14/15; fax: (021) 461.08.09/19.
E-mail: office@edituraaramis.ro; office@megapress.ro



Departamentul desfacere: tel: (021) 461.08.08/12/13/16;
fax: (021) 461.08.09/19; E-mail: desfacere@edituraaramis.ro

Tipărit la MEGApress holdings s.a.

Aramis

„Psihologia este o lumină indispensabilă înţelegerii, apropierii şi ascensiunii umane." (Vasile Pavelcu, 1964)

*

„Eu cred că psihologia trebuie să se ocupe mai mult de problemele importante ale poziţiei omului în lumea de azi şi spun acest lucru deoarece toate problemele importante ale omenirii – război şi pace, exploatare şi fraternitate, ură şi dragoste, boală şi sănătate, înţelegere şi neînţelegere, fericire şi nefericire – conduc la o mai bună înţelegere a naturii umane şi la o psihologie cu aplicaţii distincte pentru viaţa omului." (Abraham H. Maslow, 1970)

*

„Cei care se preocupă de cercetarea faptelor omului nu întâmpină dificultate mai mare decât să le lege la un loc şi să le analizeze în aceeaşi lumină." (Montaigne, 1588)

*

„A înţelege omul pentru a-l perfecţiona, aceasta este adevărata menire a psihologiei." (S.L. Rubinstein, 1957)

*

„Arta de a fi psiholog nu se învaţă, ci se trăieşte şi se experimentează, deoarece nu există un complex de canoane care să-ţi dea cheia misterelor psihice, a structurilor diferenţiale ale vieţii sufleteşti. Nu eşti un psiholog bun dacă tu însuţi nu eşti un subiect de studiat, dacă materialul tău psihic nu oferă zilnic o complexitate şi un inedit care să excite curiozitatea ta continuă. Nu te poţi iniţia în misterul altuia, dacă tu însuţi n-ai un mister în care să te iniţiezi." (Emil Cioran, 1934)

Scrisoare deschisă pentru elevi

sau în loc de

Cuvânt înainte

Dragi elevi,

Când am început elaborarea acestui manual, împreună cu ceilalţi autori m-am gândit în primul rând la voi, toate demersurile noastre fiind ghidate de spusele scriitorului grec Plutarh: „Capul tânărului nu-i un vas pe care trebuie să-l umpli, ci o făclie pe care s-o aprinzi, astfel încât mai târziu să lumineze cu o lumină proprie".

Cum am încercat să traducem în fapt un asemenea deziderat?

... printr-un conţinut ştiinţific modern şi dens, dar accesibil (desigur că pe alocuri veţi întâlni şi informaţii mai greu de înţeles de la prima vedere, pentru descifrarea acestora apelaţi la ajutorul profesorului);

... prin nenumărate exemple preluate din viaţa cotidiană, adeseori chiar din viaţa voastră de elevi, cu intenţia sublinierii caracterului practic-aplicativ al psihologiei;

... printr-un şir de exerciţii şi teme, zicem noi incitante şi solicitante, menite a facilita implicarea directă în soluţionarea lor şi mai ales învăţarea prin descoperire. Vă ofer doar un singur exemplu. Exerciţiu: frecvent se vorbeşte despre „limbajul trupului", sintagma respectivă pătrunzând şi în titlul unor cărţi. Credeţi că este corectă? Argumentaţi-vă opţiunile. Dacă da – de ce? Dacă nu – de ce? Numai parcurgând lecţia despre comunicare şi limbaj, veţi afla răspunsul corect. Astfel de exerciţii sunt presărate mai peste tot în manual;

... printr-un limbaj concis şi expresiv şi nu tehnicist, încărcat, greoi;

... prin antrenarea voastră în efectuarea unor aplicaţii practice constând în „mici experimente" sau „micro-cercetări", pentru a vă forma gândirea independentă şi creativă, dar şi un minimum de deprinderi necesare unui viitor cercetător;

... în fine, prin ilustraţii cât mai sugestive care să vă îmbogăţească informaţiile teoretice, să vă stimuleze gândirea analitică şi critică, să vă determine a imagina alte variante posibile. Aţi avut curiozitatea să răsfoiţi şi să vedeţi unele dintre vignetele cu care se deschide fiecare lecţie? Dacă da, trebuie să recunoaşteţi că cel puţin unele dintre ele sunt extrem de reuşite.

Ce veţi găsi în acest manual?

➢ *Mai întâi, cum este şi firesc, câteva informaţii despre psihologie şi obiectul ei de studiu. Ştiţi din experienţa proprie că atunci când vă întâlniţi cu o persoană necunoscută încercaţi să aflaţi cât mai multe lucruri despre ea: cum o cheamă?, ce vârstă are?, cu ce se ocupă?, ce interese şi aspiraţii o animă? etc. Acelaşi lucru este valabil şi pentru situaţia întâlnirii cu un domeniu nou al cunoaşterii, cu o nouă materie/disciplină de învăţământ. Când aţi aflat că în clasa a X-a, veţi face psihologia, probabil că imediat v-aţi formulat o serie de întrebări. La unele dintre acestea, încercăm să răspundem în prima parte a manualului, circumscriind obiectul de cercetare al psihologiei, legitimitatea ei ca ştiinţă, specificul metodelor şi legilor psihologiei, complexitatea psihicului şi a ipostazelor sale – conştient, subconştient, inconştient.*

➢ *Se trece apoi, în partea a doua, la prezentarea „instrumentelor" psihice necesare procesării informaţiilor. Un psiholog american spunea despre om că este o „fiinţă informavoră", adică o fiinţă care se hrăneşte cu informaţii. Într-adevăr, din prima şi până în ultima clipă a vieţii sale, omul este bombardat cu mii, milioane şi chiar miliarde de informaţii. Toate acestea trebuie să fie captate, înregistrate, prelucrate, introduse apoi în dispozitivele reacţional-comportamentale. Ori pentru a putea face acest lucru, omul are nevoie de o serie de „mijloace" sau „instrumente" psihice. Unele dintre ele sunt mai simple (senzaţii, percepţii, reprezentări), altele sunt mai complexe (gândirea, memoria, imaginaţia). Primele asigură contactul direct, nemijlocit cu realitatea, cu însuşirile concrete, simple, care transpar la suprafaţa obiectelor şi care sunt, cel mai adesea, superficiale, neesenţiale. Altele, în schimb, mijlocesc intrarea în posesia însuşirilor abstracte, ascunse ale obiectelor şi fenomenelor. Cunoaşterea senzorială se continuă cu cea raţională, iar aceasta din urmă deschide căi nebănuite pentru noi demersuri cognitive.*

➢ *Ştiţi însă, tot din experienţă, că oricât de dotaţi aţi fi în planul cunoaşterii, oricât de dezvoltate vă vor fi gândirea, memoria, capacitatea reprezentativ-imaginativă etc., nu veţi obţine în mod obligatoriu şi performanţe. Dacă nu sunteţi împinşi, stimulaţi şi direcţionaţi de ceva anume, mai ales de ceva care să vină din interiorul vostru, atunci potenţialităţile şi disponibilităţile cognitive pot rămâne într-o stare latentă, nefinalizate şi nefructificate. De aceea este necesară punerea în mişcare a comportamentelor prin forţe interne. Acest fapt îl veţi putea face dacă veţi recurge la mecanismele de stimulare şi energizare a comportamentelor, adică la motivaţie şi afectivitate, pe care le veţi găsi tratate în partea a treia a manualului.*

➢ *Sunt şi momente în viaţă, chiar destul de multe, când trebuie să efectuaţi activităţi mai complexe şi dificile, să vă refaceţi echilibrul perturbat de o serie de factori aleatori, neprevăzuţi, să depuneţi efort pentru menţinerea echilibrului când este necesar. Nu veţi putea face acest lucru decât dacă veţi dispune de o serie de mecanisme, numite mecanisme de reglaj psihic. În rândul acestora, se încadrează comunicarea şi limbajul, atenţia şi voinţa, aceasta din urmă fiind forma superioară de reglaj psihic. Cu toate acestea, veţi face cunoştinţă în partea a patra a manualului.*

➢ *Fără îndoială că dispozitivele cognitive, cele stimulator-energizante, ca şi cele de reglaj psihic sunt absolut necesare pentru buna desfăşurare a activităţii. Dacă însă ele nu sunt corelate, integrate şi sudate de o instanţă superioară, s-ar putea ca valenţele lor să se risipească în van. Mecanismul integrator care asigură buna funcţionalitate a întregii activităţi psihice umane este personalitatea. În partea a cincea a manualului, veţi afla câteva lucruri despre personalitate, în general, apoi despre laturile ei (temperament, aptitudini, caracter, inteligenţă, creativitate).*

➢ *Personalitatea nu este însă ceva abstract, ci, am spune, cea mai vie, complexă şi dinamică expresie a fiinţei umane. Personalitatea se formează treptat, intră în relaţii cu alte personalităţi formându-se pe sine şi influenţând formarea altora, îşi elaborează o imagine despre sine, dar şi despre altul, se implică într-o serie de comportamente pro- sau antisociale. Personalitatea în contextul vieţii cotidiene constituie obiectul ultimei părţi, a şasea, a manualului de faţă.*

În intenţia mea şi a colaboratorilor mei, structura manualului este coerentă şi integratoare. Ea este concepută ca o trecere treptată de la simplu la complex, de la cunoaşterea mai întâi a elementelor psihice bazale, fundamentale ale fiinţei umane, pentru ca, în final, să se ajungă la expresia ei ultimativă – personalitatea.

Cel mai în măsură să cunoască şi să „stăpânească" întreaga problematică psihologică a fiinţei umane este, fără îndoială, psihologul, acest „violator de mistere" sau „suprem indiscret" – după cum îl numea Emil Cioran. Nu-i mai puţin adevărat că un oarecare acces la cunoaşterea psihologică a omului o are orice persoană, chiar şi fiecare dintre voi. Numai că această cunoaştere este empirică, ea se ridică doar la nivelul cunoaşterii de bun-simţ. De aceea, vă invităm să faceţi saltul din lumea incertă şi amăgitoare a cunoaşterii empirice în lumea certitudinii, autenticităţii şi rigurozităţii cunoaşterii ştiinţifice. Învăţarea psihologiei vă va ajuta să intraţi în posesia unui corp de informaţii ştiinţifice mai puţin cunoscute până la vârsta la care vă aflaţi, dar vă va facilita, sperăm, mai buna cunoaştere a propriei voastre personalităţi şi a personalităţii altora. Ideal ar fi ca, pornind de la unele sugestii din manual, să vă autoconstruiţi o personalitate puternică, viguroasă. „Adevărata menire a psihologiei – arătam într-o lucrare a mea („Omul faţă în faţă cu lumea", 1988, pagina 321) – este de a contribui la asigurarea unei existenţe omeneşti, a unei conştiinţe demne, a unui «suflet» înaripat de idealuri nobile şi îndrăzneţe, însoţit de capacitatea de a le traduce în fapt". Dacă măcar o parte dintre aceste deziderate vor găsi ecou, prin învăţarea psihologiei, în conştiinţa şi comportamentele voastre, noi, autorii acestui manual, ne declarăm satisfăcuţi.

Vă dorim spor la învăţare!

Prof. univ. dr. Mielu Zlate,
coordonatorul manualului

1. Psihologia ca știință

Psihologia este unul dintre domeniile cunoașterii cel mai acerb comentat, controversat și contestat, iar destinul ei departe de a fi unul simplu, linear. Dimpotrivă, destinul psihologiei a fost mult mai frământat și mai dramatic decât cel al altor științe.

1.1. Statutul de știință a psihologiei

Psihologia a cunoscut de-a lungul evoluției ei perioade de avânt, dar și de stagnare, de înălțare, dar și de cădere, de calm și destindere, dar și de încordare și încrâncenare conceptual-ideatică.

Nu de puține ori s-a vorbit și s-a scris despre „criza psihologiei", despre „drama psihologiei" sau despre „slăbiciunile psihologiei". Cele mai multe atacuri au fost concentrate asupra statutului de știință a psihologiei, nenumărați gânditori întrebându-se dacă ea este sau nu o știință.

S-a spus despre obiectul psihologiei – dacă există – că ar fi nebulos, i-au fost contestate metodele, considerate nesigure, i s-au pus la îndoială legile. Ori dacă un domeniu de cercetare nu are un obiect propriu de cercetare, dacă nu dispune de un ansamblu de metode, tehnici și procedee de cercetare, în fine, dacă nu este capabil să descopere și să formuleze legile fenomenelor investigate, cu greu ar putea fi numit știință.

Uneori argumentele prin care se susținea ilegitimitatea psihologiei ca știință erau *banale, puerile, simple speculații* sau *deducții logice*. De exemplu, s-a spus că psihologia studiază sufletul, dar sufletul nu există, ca atare nu poate exista o știință despre ceva inexistent. Sau: psihologia studiază sufletul, dar sufletul este ceva „misterios", „ezoteric", este un termen compromis, de aceea el trebuie eliminat din definirea psihologiei; numai că a exclude sufletul (psihicul) din psihologie echivalează tocmai cu negarea obiectului ei propriu de cercetare. Alteori însă, argumentele contestatare conțineau în ele un sâmbure de adevăr, fiind mult mai *pertinente* și *greu de combătut*.

Încotro se află obiectul psihologiei?



Astfel, s-a contestat statutul de știință a psihologiei prin exacerbarea unor caracteristici ale psihicului (caracterul lui individual, unic) care intră în contradicție cu atributele științei, aceasta studiind generalul, universalul. În același mod, s-a procedat și cu metodele și legile psihologiei. S-a spus despre metodele psihologiei că sunt subiective și nu obiective, că ele demonstrează evidența sau nu demonstrează „nimic", că nu sunt adecvate specificului obiectului cercetat etc. La fel, despre legile psihologiei s-a afirmat că sunt o simplă condensare a experienței curente și nu ajută la prevedere, că sunt calitative și nu cantitative, empirice și nu științifice. Pornindu-se de la aceste caracteristici, s-a formulat chiar și un calambur: legile psihologiei sunt fie calitative și empirice și atunci nu mai sunt științifice; fie cantitative, matematice, științifice și atunci nu mai sunt psihologice.

Toate aceste dispute nu trebuie înțelese ca simple curiozități sau picanterii din istoria psihologiei, ci ca realități, uneori dure, dramatice, cu care psihologia s-a confruntat de-a lungul existenței sale. Mai mult, ele trebuie să ajute la conștientizarea mai clară a consecințelor produse *în* și *asupra* psihologiei. Acestea se dihotomizează.

Pe de o parte, s-a ajuns la poziții defetiste, de *desconsiderare* sau chiar de *negare* a psihologiei și de *eliminare a ei din sistemul științelor*. Filosoful german Immanuel Kant afirma că psihologia este o știință săracă, empirică, de categoria a doua, ea nu poate constitui singură un obiect de studiu aparte, de aceea trebuie izgonită din metafizică. Totuși, dată fiind importanța ei faptică, ar trebui să i se acorde „un mic loc", un domiciliu temporar într-o vastă antropologie. De asemenea, filosoful francez August Comte, creatorul unui nou sistem al științelor pozitive (obiective), elimina psihologia dintre acestea pe considerentul că nu dispunea (pe vremea aceea) de o metodă obiectivă de investigare a fenomenelor psihice.

Pe de altă parte însă, s-a ajuns la *consolidarea* psihologiei ca știință, la *delimitarea* cât mai riguroasă a propriului ei obiect de cercetare, la sporirea eforturilor pentru *creșterea gradului de obiectivitate și de validitate a metodelor ei*, în fine, la *creșterea gradului de predictibilitate a legilor fenomenelor psihice*. De la înființarea primului laborator de psihologie experimentală de către Wilhelm Wundt, la Leipzig în 1879 – considerat ca actul de naștere al psihologiei științifice – și până astăzi, drumul parcurs de psihologie a fost lung, sinuos, dar extrem de benefic pentru cunoașterea umană, în general, și pentru cea psihologică, în special. Se vorbește tot mai insistent despre progresul și expansiunea psihologiei, despre faptul că psihologia figurează printre primele trei domenii de vârf al cunoașterii, alături de genetica moleculară și microelectronică.



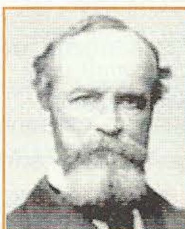
Afirmația potrivit căreia psihologia reprezintă un factor de progres social și uman este susținută de următoarele argumente: intensificarea procesului de instituționalizare a psihologiei ca știință (deci ca activitate de cercetare), obiect de învățământ, profesiune; creșterea interesului specialiștilor din alte domenii pentru problemele și rezultatele psihologiei; audiența lucrărilor de psihologie la marele public, nu doar la specialiști; creșterea numărului tinerilor doritori să se profesionalizeze și să se specializeze în psihologie; diversificarea rolului psihologului practician, care apare în postura de consultant științific, expert, prognozist, psihodiagnostician, psihoterapeut, specialist în rezolvarea conflictelor de muncă și în sporirea eficienței practice a activităților întreprinse; apariția psihologiei în calitatea de instrument de formare și schimbare psihocomportamentală; implicarea psihologiei în soluționarea marilor probleme ale societății (conflicte militare, negocieri economice, propaganda politică etc.); instituționalizarea revistelor de specialitate, a asociațiilor psihologilor, a manifestărilor științifice (naționale și internaționale) care au loc cu o anumită periodicitate.

1.2. Specificul obiectului psihologiei

De-a lungul timpului, psihologii au denumit cu termeni diferiți obiectul de studiu al disciplinei lor. Lucrul acesta iese cel mai bine în evidență din definițiile date psihologiei. Iată câteva dintre ele.



„Psihologia este știința experienței imediate, spre deosebire de fizică – știința experienței mediate" (Wilhelm Wundt, 1832 – 1920).



„Psihologia este descrierea și explicarea stărilor de conștiință în calitate de stări de conștiință" (William James, 1842 – 1910).



„Psihologia este studiul științific al inconștientului" (Sigmund Freud, 1856 – 1939).



„Psihologia este știința comportamentului" (J. B. Watson, 1878 – 1958).



„Psihologia este știința conduitei, studiul omului în raport cu universul și mai ales în raporturile sale cu ceilalți oameni" (Pierre Janet, 1859 – 1947).



„Psihologia este știința care studiază Sinele unic și individual al omului concret" (Carl Rogers, 1902 – 1987).

Din definițiile de mai sus, rezultă cel puțin patru obiecte de studiu al psihologiei:

- pentru unii psihologi, acesta este constituit din **viața psihică interioară,** *subiectivă a individului, indiferent de expresia sub care apare ea* (conștientă sau inconștientă), închisă în sine, fără determinări exterioare; aceștia

sunt cei care au reprezentat în psihologie orientarea *introspecționistă* și orientarea *psihanalitică*;

• pentru alții, în schimb, obiectul psihologiei îl constituie ceea ce se vede, ceea ce poate fi observat, cuantificat, măsurat, studiat obiectiv, adică **comportamentul** – definit ca un *ansamblu de reacții asociat unui ansamblu de stimuli*; ceea ce se află între stimul și reacție nu știm și, chiar dacă ar exista ceva, acel ceva nu poate fi cunoscut în mod obiectiv (cei care au susținut un asemenea punct de vedere s-au numit *behavioriști* – de la termenul *behavior* care, în limba engleză, înseamnă comportament);

• cum însă cele două orientări anterioare creau o prăpastie în ceea ce privește obiectul psihologiei, unii considerau doar interiorul, alții doar exteriorul, adică trăirea în sine pe de o parte și manifestarea ei în afară pe de altă parte, a trebuit să apară o nouă modalitate de concepere a obiectului psihologiei, unii autori considerând că acesta îl reprezintă **conduita** înțeleasă ca *ansamblul manifestărilor interne, invizibile, și a celor externe, vizibile, dar mai ales ca relația dintre ele* (în felul acesta a apărut o nouă orientare cunoscută sub denumirea de *psihologia conduitei* sau *psihologia acțională*);

• în fine, constatând că omul ca inițiator, declanșator și susținător al comportamentelor și conduitelor era neglijat, unii psihologi au propus ca obiectul psihologiei să-l reprezinte **omul concret, viu, empiric** cu toate nimicurile vieții cotidiene, dar și cu marile ei drame, mai exact *Sinele lui individual și unic* (aceștia au generat în psihologie orientarea cunoscută sub numele de *psihologia umanistă*).

Ceea ce trebuie să reținem din cele de mai sus este nu atât faptul că în interpretarea psihologilor obiectul lor de investigare este de fiecare dată altul, ci faptul că acest obiect, indiferent cum s-ar numi el (conștiință, inconștient, comportament, conduită, sine individual și unic), este *total diferit de obiectul de cercetare a altor științe*. El nu este palpabil (nimeni nu a pus niciodată mâna pe conștiință, pe gândire sau pe voință), ci *inefabil, imponderabil, impalpabil*; el nu este ceva material (cum afirmau materialiștii vulgari că gândirea este o secreție a creierului, așa cum bila este o secreție a ficatului), ci *ideal, subiectiv*. Obiectul psihologiei nu posedă nici o proprietate substanțială (greutate, volum, densitate, gust, miros etc.), ci el rămâne de *natură nonsubstanțială*, el este o entitate de ordin *relațional, comunicațional, informațional*.

1.3. Specificul metodelor psihologiei

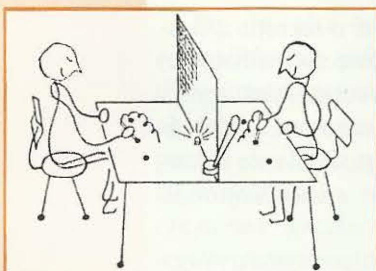
În investigarea și cercetarea acestui obiect atât de diferit de cel al altor științe, psihologia recurge la o serie de metode, tehnici, procedee. Metoda de cercetare, potrivit etimologiei termenului, este drumul pe care pornește cercetătorul în demersurile sale. Mai exact, metoda poate fi definită ca fiind *calea, itinerariul, structura de ordine sau programul după care se reglează acțiunile intelectuale și practice ale cercetătorului în vederea atingerii unui scop*. Iată câteva dintre metodele psihologiei.

• **Metoda observației** constă în urmărirea intenționată și înregistrarea exactă, sistematică a diferitelor manifestări comportamentale ale individului sau ale grupului ca și a contextului situațional al comportamentelor. Ia forma *autoobservației* (când este orientată spre noi înșine) și a *observației externe* (când este orientată spre o altă persoană). De obicei, se înregistrează conduitele verbale, motorii, expresiv-atitudinale. Pentru a deveni eficientă, se cere să dispună de un scop, să se desfășoare după un plan riguros, să fie maximal discretă (persoana în cauză să nu-și dea seama că este observată), să fie repetată.



Ce puteți spune despre conduitele și comportamentele voastre pe baza autoobservației ?

• **Metoda experimentului,** spre deosebire de observație, în care se așteaptă manifestarea fenomenului, presupune declanșarea, provocarea intrării în funcțiune a fenomenului investigat. Are un grad de precizie mult mai mare decât observația deoarece implică controlarea unor variabile (unele se numesc *dependente* – ele fiind reacțiile și comportamentele subiectului, altele *independente* – sunt cele manipulate de cercetător) și varierea condițiilor de desfășurare a fenomenelor investigate.





Experimente de laborator

Experimentele sunt de mai multe feluri: de *laborator* (scot subiectul din ambianța obișnuită de viață și îl introduc într-o ambianță anume creată, artificială), *natural* (se desfășoară în cadrul obișnuit de viață a subiectului); unele experimente sunt *constatative* (urmăresc fotografierea, consemnarea situației existente la un anumit moment dat), altele *formative* (introduc „factori de progres" și urmăresc efectele produse de ei). Interesant este și *autoexperimentul*, când subiectul experimentează pe el însuși.

• **Metoda psihometrică** presupune măsurarea capacităților psihice ale individului în vederea stabilirii nivelului lor de dezvoltare. Cea mai răspândită și cunoscută este *metoda testelor psihologice*. Testul psihologic este o probă relativ scurtă care permite cercetătorului strângerea unor informații obiective despre subiect, pe baza cărora să se poată determina nivelul dezvoltării capacităților măsurate și formula un prognostic asupra evoluției lor ulterioare. Există nenumărate categorii de teste. Dacă le-am clasifica după scopul lor, putem desprinde *teste de performanță (de cunoștințe, de nivel intelectual, de aptitudini, de inteligență)*; *teste de personalitate*; *teste de comportament*. Ceea ce trebuie reținut este faptul că nu orice probă care este numită test, chiar este un test psihologic. Dacă proba respectivă nu satisface o serie de cerințe (*validitatea* – să măsoare exact ce își propune; *fidelitatea* – să permită obținerea unor performanțe relativ asemănătoare la o nouă aplicare; *standardizarea* – să creeze aceleași condiții pentru toți subiecții; *etalonarea* – să existe o unitate de măsurare a rezultatelor obținute) atunci ea nu poate fi considerată un test psihologic.



Testare psihologică

Alături de cele de mai sus, există încă multe alte metode în arsenalul psihologiei: **metoda convorbirii** (o discuție angajată între cercetător și subiect cu scopul depistării unor particularități ale comportamentelor și însușirilor psihice ale subiectului); **metoda anchetei psihologice pe bază de chestionar și pe bază de interviu,** diferită de ancheta judiciară sau jurnalistică (presupune recoltarea sistematică a unor informații despre viața psihică a unui individ sau a unui grup social, ca și interpretarea acestora în vederea desprinderii semnificației lor psihocomportamentale); **metoda biografică** (strângerea informațiilor despre evenimentele parcurse de individ în existența sa, despre relațiile dintre ele, ca și despre semnificația lor, în vederea cunoașterii „istoriei personale" a fiecărui individ, necesară stabilirii profilului personalității sale); **metoda analizei produselor activității** (a tot ceea ce realizează individul deoarece în aceste produse ale activității sale se exprimă multe dintre însușirile personalității sale) etc.

Metodele psihologiei se diferențiază de metodele altor științe prin aceea că presupun studierea sau cercetarea oamenilor de către oameni, iar relația dintre două subiectivități nu poate să nu-și imprime pecetea asupra rezultatelor cunoașterii. Specificul acestor metode provine din faptul că, deși sunt obiective, *dispun de grade diferite de subiectivitate*. Într-un fel va observa o persoană care aparține tipului descriptiv (ea va înregistra minuțios, exact, sec, ceea ce vede, aude etc.) și în cu totul alt fel, o persoană care aparține tipului imaginativ și poetic (care va neglija faptele, va da frâu imaginației, ajungând adeseori la deformarea realității). De aceea în fața psihologiei se ridică problema creșterii gradului de obiectivitate și de validitate a metodelor ei și, îndeosebi, a celor la care gradul de subiectivitate este mai mare.

1.4. Specificul legilor psihologiei

Legile psihologiei, ca şi legile altor ştiinţe, au un **caracter obiectiv**, în sensul că nu depind de voinţa, de dorinţa individului. Vom cunoaşte în capitolul al II-lea o lege a senzaţiilor care arată că, pentru a se produce o senzaţie, este necesar ca stimulul să dispună de o anumită intensitate care dacă nu este prezentă, oricât s-ar strădui omul, senzaţia nu va apărea. Acelaşi lucru se întâmplă şi cu alte fenomene psihice care se supun altor legi.

Spre deosebire însă de legile altor ştiinţe, îndeosebi ale ştiinţelor exacte, care sunt **legi dinamice,** adică legi în care probabilitatea ca un anumit fenomen-cauză să ducă la apariţia unui anumit fenomen-efect este foarte mare, legile psihologiei sunt **legi de tip statistic şi probabilistic.** Aceste legi nu se verifică la fiecare componentă a unei mulţimi date, ci la majoritatea, la media lor. Sunt legi la care probabilitatea ca un anumit fenomen-cauză să ducă la apariţia unui anumit fenomen-efect este mai redusă. Aceasta deoarece între cauză şi efect se interpun o multitudine de serii cauzale care amână, suspendă, deviază producerea efectului. În psihologie, în calitate de asemenea serii cauzale apar condiţiile interne, subiective proprii fiecărui individ. Când profesorul explică lecţia la 30 de elevi, fenomenul-cauză este acelaşi pentru toţi, el însă se filtrează prin atâtea conştiinţe, prin atâtea personalităţi, şi ca atare efectul este diferit (un elev înţelege foarte bine, unul mai puţin bine, altul deloc etc.). Deşi mai greu de stabilit, legile psihologiei oferă aceleaşi posibilităţi explicative ca şi legile celorlalte ştiinţe.

Legile psihologiei pot fi **legi generale,** valabile pentru întreaga viaţă psihică şi **legi particulare,** specifice doar pentru un anumit fenomen psihic (legile senzaţiilor, ale percepţiilor, ale memoriei, ale atenţiei etc.). Cercetându-se memoria, s-a descoperit că reproducerea unui material este mai dificilă decât recunoaşterea lui. Cercetările asupra atenţiei au arătat că omul nu poate executa două sau mai multe acţiuni dacă angajează un control crescut din partea conştiinţei. Un asemenea lucru devine însă posibil dacă cel puţin una dintre acţiuni este automatizată. Cunoscând aceste legi, omul îşi poate organiza şi dirija mult mai bine, în cunoştinţă de cauză, propria conduită.



Pornind de la experienţa şi cunoştinţele voastre, puteţi formula şi alte legi ale fenomenelor psihice?

1.5. Definiţia psihologiei şi ramurile ei aplicative

Una dintre definiţiile posibile ale psihologiei este cea etimologică. Dacă pornim de la cele două particule din care se compune cuvântul respectiv (*psyché* – suflet; *logos* – ştiinţă, în limba greacă) aflăm că psihologia este ştiinţa sufletului/psihicului. Cum o asemenea definiţie nu ne spune prea multe despre psihologie, este necesar să încercăm definirea comprehensivă a psihologiei integrând elementele la care ne-am referit mai înainte.

Psihologia este ştiinţa care studiază psihicul, recurgând la un ansamblu de metode obiective, în vederea desprinderii legităţii lui de funcţionare, în scopul cunoaşterii, optimizării şi ameliorării existenţei umane.

Rezultă din cele de mai sus că psihologia nu are numai finalităţi teoretice (descriptive, explicative, interpretative), ci şi practic-ameliorative. Ea se rezumă nu doar la stabilirea şi explicarea legilor conduitelor şi comportamentelor, ci elaborează şi modalităţi sau recomandări de controlare, utilizare şi dirijare a acestor legi în vederea optimizării vieţii şi activităţii omului. De exemplu, cunoscând una dintre legile memoriei şi anume aceea că dintr-un material mai vast se memorează mai bine partea de început şi cea de sfârşit, partea de mijloc fiind mai puţin bine reţinută, omul îşi poate lua o serie de măsuri (concentrarea atenţiei şi inteligenţei tocmai asupra părţii de mijloc, repetarea ei etc.) pentru contracararea unui asemenea efect.

Încă de la începuturile ei, psihologia s-a aplecat asupra studierii particularităţilor comportamentului uman implicat în cele mai diverse tipuri de activităţi şi domenii. În felul acesta, au apărut ramurile ei aplicative cu pregnante atribuţii de ordin practic, ameliorativ. Simpla enumerare a lor este sugestivă: psihologia edu-

cațională, psihologia muncii, psihologia judiciară, psihologia artei, psihologia militară, psihologia sportivă, psihologia politică, psihologia economică, psihologia organizațional-managerială, psihologia religiei, psihologia creativității etc.

S-ar putea spune că nu există domeniu al activității umane care să nu dispună de implicații psihologice și deci să nu-și fi dezvoltat o psihologie aparte.

Studiul psihologiei este util deoarece:

- furnizează informații despre o categorie nouă de fenomene (cele psihice);
- facilitează posibilitatea de a interveni și ameliora cele mai diverse activități ale omului;
- oferă garanția autocunoașterii capacităților și limitelor, și, în consecință, pe cea a elaborării măsurilor de întărire și amplificare a primelor sau de ameliorare și de înlăturare a ultimelor;
- oferă temeiuri educației și totodată asigură posibilitatea trecerii de la cunoaștere la autocunoaștere, de la educație la autoeducație, de la reglare la autoreglare, de la control la autocontrol.

APLICAȚII

1. Căutați prin diferite cărți și alte definiții ale psihologiei decât cele date în lecție, faceți analiza lor comparativă, rețineți ceea ce este comun în ele și specific pentru domeniul avut în vedere.



2. Observați comportamentul unui coleg de-al vostru manifestat în diverse ocazii (când este ascultat la lecții, în recreații, pe stradă, eventual acasă, în familie sau cu prilejul diferitelor întâlniri între colegi).

Notați ce sesizați, încercați să detașați câteva trăsături psihocomportamentale ale acestuia, comparați rezultatele propriilor voastre observații cu cele ale altor colegi.

3. Organizați cu un coleg de-al vostru următorul experiment:

Varianta 1: rugați-l să scrie pe tablă (sau pe o foaie de hârtie) numerele de la 1 la 20 în timp ce pronunță cu voce tare numerele de la 20 la 1.

Varianta 2: invers – să scrie numerele de la 20 la 1 și să pronunțe cu voce tare numerele de la 1 la 20.

Condiții: scrisul și pronunția trebuie să fie concomitente.

Sarcină: Faceți analiza comparativă a rezultatelor obținute în cele două variante (durata, calitatea execuției, număr de erori, tipul erorilor și momentul apariției lor etc.).

Ce legitate psihologică puteți extrage din rezultatele obținute?

4. Concepeți și realizați o anchetă pe bază de chestionar pe tema: „Organizarea și petrecerea timpului liber de către elevi".

2. Psihicul şi ipostazele lui



Arătam în lecţia anterioară că una dintre definiţiile posibile ale psihologiei este cea etimologică, potrivit căreia psihologia este ştiinţa sufletului sau psihicului. Numai că această definiţie ridică noi întrebări. Ce este psihicul? Care este natura lui? Din ce se compune psihicul? Care îi sunt ipostazele sub care este întâlnit? Vom răspunde la toate aceste întrebări în lecţia de faţă.

2.1. Noţiunea de psihic

Organismele, pentru a supravieţui, trebuie să-şi asigure un contact minim cu ambianţa înconjurătoare. De aceea, ele sunt nevoite să reacţioneze, să răspundă la solicitările variate ale mediului, să dezvolte o serie de reacţii sau să întreprindă acţiuni. Posibilităţile de reacţie a organismelor sunt însă multiple şi diferenţiate.

Astfel, organismele vegetale reacţionează sub formă de fotosinteză sau tropisme, cele animale sub formă de iritabilitate, excitabilitate, instincte, reflexe etc. Printre aceste forme de reacţie a organismelor la solicitările ambianţei, un loc aparte îl ocupă şi psihicul. Apărut mai întâi la animalele ce dispun de sistem nervos (cefalopode), psihicul cunoaşte o impresionantă dezvoltare şi perfecţionare, luând la om forma superioară a conştiinţei. Evoluţia psihicului este strâns dependentă de transformările progresive ale organismelor, de necesitatea de adaptare cât mai bună la condiţiile şi solicitările mediului înconjurător.

• Psihicul este o formă specifică de reacţie a organismului la solicitările mediului cu scopul adaptării la acesta.

Cum o asemenea formulare este foarte generală, apare necesitatea detalierii ei. Principalele caracteristici ale psihicului le prezentăm în continuare.

• Psihicul este expresia vieţii de relaţie.

Omul nu poate exista şi subzista ca om decât în acţiune, decât raportându-se permanent la mediul ambiant pe care îl asimilează, sedimentează şi cristalizează în sine la care răspunde şi se adaptează necontenit. Ca rezultat al acestei raportări, omul simte, vede, aude, doreşte, aspiră, se emoţionează, vrea, îşi traduce în fapt intenţiile. Dacă am întrerupe orice contact al omului cu realitatea, dacă l-am introduce într-o cameră în care nu ar exista lumină, sunet, miros, dacă ar fi nevoit să stea nemişcat, deci dacă am întrerupe contactul prin simţuri cu realitatea, am constata că activitatea sa psihică s-ar perturba (apar halucinaţii, agitaţie excesivă etc.). Aceasta ne demonstrează că psihicul nu numai că îşi găseşte sursa şi expresia sa vitală şi viabilă în realitate, în relaţia individului cu mediul, dar că el reprezintă o parte, o formă specifică a vieţii de relaţie a individului.

> Ce efecte ar putea să apară dacă un copil mic este privat de afecţiunea părinţilor săi?

• Psihicul este un rezultat, un produs, o funcţie a materiei, îndeosebi a celei superior organizate care este creierul. Deşi psihicul are un suport material-cuantic, energetic, fizico-chimic, electrofiziologic, neurologic, el nu se confundă cu acesta.

Psihicul reprezintă o altă expresie a activităţii nervoase superioare, a activităţii reflexe a creierului. Cercetările experimentale şi observaţiile clinice au arătat că orice intervenţie, orice tulburare a funcţionării mecanismelor neurocerebrale (lezări, decorticări, secţionări – la animale; traumatisme craniene, ingerări de alcool, de substanţe toxice – la om) produc tulburări ale activităţii psihice. Starea de excitaţie a celulelor corticale se traduce prin accelerarea vieţii psihice, prin exacerbarea unor acte comportamentale, prin slăbirea controlului conştiinţei, în timp ce starea de inhibiţie a ce-



Dacă vă aflaţi la o petrecere, încercaţi şi observaţi conduitele motorii, verbale, expresiv-emoţionale ale celor care consumă mai mult alcool.

Ce constataţi? Cum explicaţi din punct de vedere ştiinţific modificările observate?

lulelor corticale are ca efect scăderea clarităţii şi încetinirea ritmului activităţii psihice. Nu trebuie să înţelegem de aici că ceea ce se petrece în creier *determină*, cauzează activitatea psihică. Creierul nu este izvorul vieţii psihice, ci doar organul ei. Cauza psihicului, izvorul lui este în realitate. Numai că realitatea nu acţionează direct, nemijlocit asupra psihicului, ci prin intermediul creierului, care *facilitează* sau *îngreunează* funcţionarea vieţii psihice. Aşadar, o *anumită* funcţionare a creierului, cauzată din exterior, duce la o *anumită* funcţionare a vieţii psihice.

• **Psihicul este o construcţie subiectivă (internă) mintală care se exteriorizează în comportament.**

El nu este o simplă copie, o simplă fotografie a realităţii, ci o filtrare a ei prin întreg ansamblul de trebuinţe, necesităţi, idealuri, aspiraţii. Caracterul subiectiv al construcţiei psihice se exprimă în aceea că:

1. *aparţine unui subiect* ceea ce va face să depindă de capacităţile subiectului, de cunoştinţele, interesele sale, de întreaga sa personalitate;

2. nu epuizează, nu copiază, nu fotografiază obiectul, ci *selectează, aproximează* tocmai în funcţie de aceste particularităţi ale personalităţii;

3. reprezintă *transpunerea* şi *traducerea* pe plan mintal (sub formă de imagini, idei) a realităţii înconjurătoare, a *obiectivului în subiectiv, fiind o modelare informaţională a lumii şi a relaţiilor cu lumea*;

4. se realizează prin intermediul unor operaţii de mânuire, explorare, prelucrare, selecţionare, generalizare, comparare şi confruntare, fapt care evidenţiază *caracterul ei* prin excelenţă *activ*;

5. depăşeşte simpla oglindire a realităţii ajungând la *construirea şi transformarea* ei ideală, prin intervenţia operaţiilor care dau posibilitatea combinării şi recombinării mintale.

Din toate aceste caracteristici, nu trebuie să se înţeleagă faptul că psihicul în expresia sa de construcţie subiectivă ar deforma, erona realitatea, dar nici că el exclude cu totul posibilitatea apariţiei unor erori. Construcţia subiectivă presupune realizarea unei corespondenţe între material (obiectiv) şi ideal (subiectiv), însă filtrată prin particularităţile de personalitate a fiecăruia.

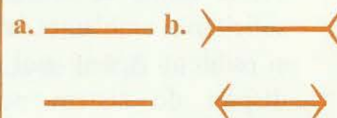
Ce aspecte ale unei flori vor fi sesizate şi reţinute de un naturalist, un copil, un excursionist, un îndrăgostit?

Deşi construcţia subiectivă nu înseamnă o epuizare a obiectului (există limite ale aparatelor senzoriale care nici nu permit acest lucru), ea presupune înaintarea treptată spre surprinderea esenţei lui. Uneori, mai ales atunci când intervin diverşi factori perturbatori, construcţia subiectivă poate fi eronată (ca în cazul iluziilor), dar ea nu rămâne astfel, ci este corectată, altminteri omul n-ar putea să se ghideze în activitatea sa cotidiană pornind de la imagini sau idei false. Criteriul fundamental de verificare a conţinutului construcţiei subiective îl constituie activitatea. Putem conchide deci, că psihicul nu este ceva „mort", „abstract", fără mişcare, fără contradicţii, ci ceva viu şi în continuă mişcare.

Acţiunea cu obiectele şi acţiunea mintală constituie cele două coordonate esenţiale între care se mişcă psihicul. Acţionând cu obiectele (mişcându-le, pipăindu-le) sau cu imaginile şi ideile despre ele (comparân-du-le, confruntându-le), obţinem mai multe informaţii decât dacă le-am contempla pasiv.

Important pentru psihic este caracterul lui informaţional.

Priviţi cu atenţie desenele de mai jos:



În mod sigur nu veţi ezita să afirmaţi că segmentele de dreaptă din figura **a** sunt egale.

Puteţi face aceeaşi afirmaţie şi pentru segmentele de dreaptă din figura **b**?

Explicaţi fenomenul care a intervenit.

Măsuraţi segmentele de dreaptă din figura **b** pentru a vă convinge că sunt egale.

• **Psihicul este condiţionat şi determinat social-istoric.**

Această caracteristică provine din faptul că omul se raportează nu doar la realitatea fizică, naturală, nu doar la lumea lucrurilor, ci şi la lumea oamenilor, la condiţiile vieţii sociale, la particularităţile economice, culturale, spirituale ale societăţii în care trăieşte. Societatea îi furnizează omului conţinutul vieţii psihice, cadrul de manifestare a acesteia, condiţiile şi mijloacele de realizare a ei. Implicându-se şi implementându-se în contextul concret al vieţii sociale, omul şi viaţa sa psihică vor apărea în final ca expresie a societăţii, ca produs al istoriei.



Faptul că factorii sociali sunt determinanţi în evoluţia psihicului uman este demonstrat de câteva argumente:

1. prin izolarea completă a individului de mediul social, psihicul acestuia rămâne în stadiul de psihic animal (copiii crescuţi de animale şi regăsiţi după 7-8 ani, aduşi în societate, n-au mai putut fi recuperaţi);

2. sub raport filogenetic, psihicul uman (avem în vedere conştiinţa) a apărut ca urmare a influenţei unor factori sociali cum ar fi munca şi limbajul;

3. deşi evoluţia biologică generală a omului este în linii mari încheiată, dezvoltarea psihică continuă să se realizeze în ritm intens sub influenţa factorilor sociali;

4. copiii gemeni (deci cu înzestrare ereditară asemănătoare) crescuţi împreună (aproximativ în aceleaşi condiţii de mediu) sau separat (în condiţii de mediu diferite), la fel ca şi cei cu înzestrări ereditare diferite, dar crescuţi aproximativ în aceleaşi condiţii de mediu, au evoluat, în general, sub raport psihic corespunzător particularităţilor condiţiilor mediului social;

5.la om nu există un biologic „pur", ci filtrat prin social, omul nu-şi satisface instinctele oricum, ci în funcţie de condiţiile şi cerinţele sociale.



Ce ştiţi despre „copiii lup"? De ce o dată descoperiţi, readuşi în societate, supuşi influenţelor educative n-au mai putut fi recuperaţi?

Sintetizarea celor câtorva caracteristici indică specificul psihicului uman.

Psihicul uman este expresia vieţii de relaţie, funcţie a materiei superior organizate (creierul), construcţie subiectiv-constructivă a realităţii obiective, condiţionat şi determinat social istoric.

(În decursul lecţiilor, vom avea prilejul să cunoaştem mai amănunţit toate aceste laturi.)

2.2. Manifestări particulare ale psihicului

Stabilirea caracteristicilor definitorii ale psihicului uman contribuie la conturarea şi surprinderea specificului acestuia comparativ cu alte forme de reacţii ale organismului la solicitările mediului. Totuşi, ne putem întreba în continuare: care sunt formele particulare de existenţă (fiinţare) şi de funcţionare (manifestare) ale psihicului? Pentru desemnarea acestora, psihologia a recurs la o multitudine de noţiuni: *funcţii, capacităţi, stări, procese, activităţi, însuşiri, modalităţi psihice* etc.

Prezentăm în continuare clasificarea fenomelor psihice utilizată frecvent de psihologia tradiţională.

Categoria proceselor psihice cuprinde fenomenele psihice care au o desfăşurare în timp şi îndeplinesc funcţii informaţional-reflectorii. Caracteristica esenţială a procesului psihic constă în faptul că oglindeşte în mod subiectiv realitatea obiectivă. Din perspectiva psihologiei tradiţionale, procesul psihic trebuie să răspundă la trei întrebări.

1. Ce anume se reflectă, deci care este *conţinutul informaţional-reflectoriu?*
2. În ce formă se reflectă, deci care este *forma reflectorie*?
3. Cum se reflectă, deci care sunt *mecanismele psihofiziologice* ale reflectării?

Conținutul reflectoriu indică însușirile obiectelor din realitate, el este obiectiv; forma reflectorie se referă la aspectul subiectiv, ideal sub care conținutul se transferă în plan mintal; mecanismele psihofiziologice arată baza nervoasă, cu alte cuvinte ce se petrece în creier în momentul reflectării. De exemplu, senzația reflectă însușirile izolate ale obiectelor sub formă de imagini mintale prin intermediul analizatorilor, al mecanismului legăturilor temporare. Cunoașterea fiecăruia dintre acești parametri ajută la: definirea și individualizarea oricărui proces pihic; realizarea unor caracterizări generale; efectuarea unor analize comparative. Procesele psihice au fost grupate în trei categorii: *cognitive* (sau de cunoaștere) subîmpărțite la rândul lor în: *senzoriale* (senzația, percepția, reprezentarea) și *logice* (gândirea, memoria, imaginația); *afective* (emoții, sentimente, pasiuni); *volitive* (voința).



Dați cât mai multe exemple de senzații și de emoții.

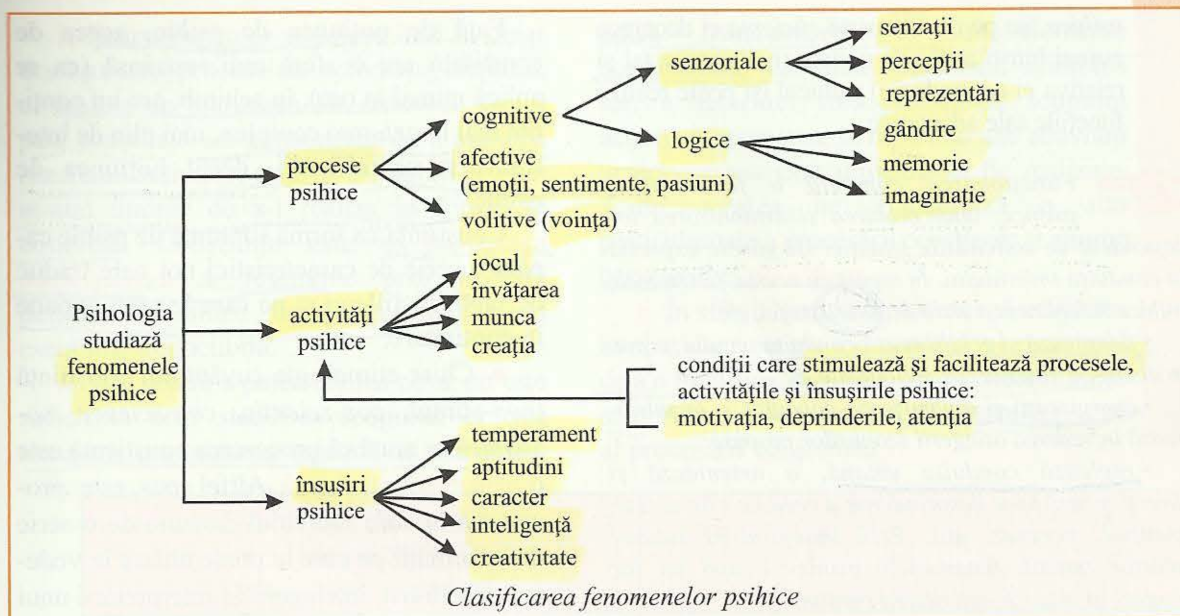
Categoria activităților psihice permite realizarea relației cu sens adaptativ între organism și mediu. Activitatea psihică reprezintă modalitatea esențială prin care individul uman se raportează la realitatea înconjurătoare. Ea este consituită dintr-un șir de acțiuni, operații, mișcări orientate în direcția realizării unui scop, toate acestea fiind susținute de o puternică motivație. Activitatea psihică reprezintă o integrare și o organizare de procese și însușiri psihice prin care omul se adaptează la mediu. În categoria activităților psihice, se includ forme variate cum ar fi: *jocul, învățarea, munca productivă, creația.*

Categoria însușirilor psihice include formațiuni psihice sintetice, calitativ noi care redau structurile globale, stabile și caracteristice ale personalității umane. Procesele și activitățile psihice dispun de o serie de caracteristici sau forme care nu sunt dezvoltate în același grad la toți indivizii, dimpotrivă unele sunt dezvoltate mai mult, altele mai puțin. De exemplu, la un om este dezvoltată mai mult sensibilitatea auditivă, decât cea vizuală, memoria de tip auditiv decât cea de tip vizual etc. În decursul ontogenezei, caracteristicile sau formele dominante ale proceselor psihice se corelează, se sintetizează și generalizează, dând naștere însușirilor psihice care devin configurații psihice mult mai stabile decât procesele psihice. Astfel, sintetizarea și generalizarea sensibilității auditive, a percepțiilor și reprezentărilor auditive, a memoriei de tip auditiv etc. conduc la formarea unor însușiri psihice (numite aptitudini) în domeniul muzical, în timp ce sintetizarea și generalizarea sensibilității, percepției, reprezentărilor, memoriei de tip vizual vor favoriza constituirea tot a unor aptitudini, dar pentru arta plastică (desen, pictură etc.). În rândul însușirilor psihice numite și particularități de personalitate, au fost incluse: *temperamentul, aptitudinile, caracterul, inteligența, creativitatea.*

Cum o serie de fenomene psihice (de exemplu, atenția, motivația, deprinderile etc) n-au putut fi cuprinse expres în una sau alta dintre cele trei categorii de mai sus, ele nesatisfăcând integral particularitățile acestora, s-a recurs la stabilirea unei a patra categorii de fenomene psihice numite **condiții psihice facilitatoare sau perturbatoare ale proceselor, activităților și însușirilor psihice**. Atenția, de pildă, nu este proces psihic deoarece nu dispune de un conținut reflectoriu propriu, în schimb ea însoțește toate procesele psihice și în funcție de existența sau inexistența ei, de gradul ei de implicare, le facilitează sau, dimpotrivă, le perturbă. Schema de clasificare a fenomenlor psihice oferită de psihologia tradițională o prezentăm în continuare.



În mod sigur, gândirea voastră este mai productivă când sunteți atenți și motivați. Puteți explica de ce?



Clasificarea fenomenelor psihice

Între fenomenele psihice există o strânsă interacţiune şi interdependenţă. Astfel, procesele psihice apar ca elemente componente în structura activităţii psihice şi se regăsesc transfigurate în însuşirile psihice. Ele asigură relaţionarea informaţională cu ambianţa. Activitatea psihică reprezintă cadrul şi sursa apariţiei, formării şi dezvoltării atât a proceselor, cât şi a însuşirilor psihice. Acestea din urmă o dată constituite, devin condiţii interne ce contribuie la realizarea unor noi structurări, superioare de data aceasta, ale activităţii psihice. Însuşirile psihice, personalitatea reprezintă însăşi realitatea întregii vieţi psihice cu derularea ei concretă, vie, mobilă, fluidă, calmă sau tumultoasă, unitară sau contradictorie.

Psihologia contemporană propune o soluţie radicală, şi anume înlocuirea tuturor noţiunilor folosite de psihologia tradiţională cu noţiunea de **mecanism psihic** considerată a fi mult mai potrivită şi productivă. Aceasta deoarece mecanismul surprinde mai bine aspectele structural-funcţionale ale fenomenelor psihice. Mecanismul psihic este cel care accelerează sau încetineşte funcţionarea psihicului, este cel care determină ritmuri existenţiale şi performanţiale diferite. Totodată, mecanismul psihic se mişcă de-a lungul unui continuum cu doi poli (stabilitate, rigiditate, încremenire versus mobilitate, dinamism, flexibilitate) aflându-se în diferite etape ale vieţii sau în diferite situaţii în oricare punct al acestui continuum. Oamenii au momente de maximă spontaneitate şi creativitate, dar şi momente de stupiditate şi sterilitate intelectuală, ei sunt animaţi când de scopuri înalte, nobile, când de scopuri meschine. Fixarea şi încremenirea mecanismului psihic la un pol sau la celălalt ar fi dăunătoare vieţii umane, echivalând chiar cu patologizarea ei. Mecanismele psihice au fost grupate în patru categorii:

- **mecanisme psihice informaţional-operaţionale** subdivizate în două grupe: *de prelucrare primară* (senzaţia, percepţia, reprezentarea) şi de *prelucrare superioară* a informaţiilor (gândirea, memoria, imaginaţia);
- **mecanisme psihice stimulator-energizante** (motivaţia, afectivitatea);
- **mecanisme psihice reglatoare** (comunicarea şi limbajul, atenţia, voinţa);
- **mecanisme psihice integratoare** (cel mai înalt şi integrator mecanism psihic fiind personalitatea umană care le corelează şi cimentează pe toate celelalte).

În prezentul manual, fără a fi exclusivişti, vom recurge atât la clasificarea fenomenelor psihice operată de psihologia tradiţională, cât şi la cea a psihologiei contemporane, preluând de la fiecare ceea ce este pertinent.

Interacţiunea şi interdependenţa fenomenelor psihice evidenţiază pe de o parte *unitatea vieţii*

psihice, iar pe de altă parte *eficienţa* ei deoarece numai într-o astfel de unitate (nelipsind total şi relativa ei contradicţie) psihicul îşi poate realiza funcţiile sale adaptative.



Funcţionarea concretă a fenomenelor psihice, intercorelarea şi armonizarea lor dependent de solicitările situaţiei îşi găsesc expresia în conduita individului. În raport cu acesta, fenomenele psihice îndeplinesc o serie de roluri. Astfel, ele:

- *adaptează şi echilibrează conduita omului, o pun în acord cu situaţia, cu solicitările ei;*
- *energizează şi dinamizează conduita, o impulsionează în vederea atingerii scopurilor propuse;*
- *reglează conduita umană, o orientează şi direcţionează spre desprinderea a ceea ce este actual, esenţial, necesar, util. Prin îndeplinirea tuturor acestor funcţii, fenomenele psihice ocupă un loc central în viaţa şi activitatea omului.*

2.3. Ipostazele şi nivelurile psihicului

Psihicul nu este omogen, uniform, nediferenţiat, liniar. Uneori el este mai clar, mai lucid, alteori mai tulbure şi mai obscur. În anumite situaţii, ne dăm seama de noi înşine, de trăirile noastre, în altele nu. Diverse acţiuni sau gânduri care ne-au captat cândva atenţia şi efortul încep, odată cu trecerea timpului, să se realizeze aproape de la sine, fără a mai fi necesară controlarea lor expresă. Sunt şi cazuri când „ceva" din interiorul nostru, pe care nici măcar nu-l bănuiam, iese la suprafaţă, ne acaparează şi ne chinuie existenţa. Cu alte cuvinte, psihicul cunoaşte o mare diferenţiere şi neuniformitate existenţială şi funcţională. El există şi se manifestă în trei ipostaze: **psihic conştient, psihic subconştient, psihic inconştient.** Acestea sunt concomitent şi nivelele/palierele de organizare structural-funcţională a psihicului.



Dacă v-aţi gândi retrospectiv la propria voastră experienţă, aţi putea da exemple care să ilustreze situaţiile descrise?

Conştiinţa este o formă supremă de psihic, acea formă prin care se realizează integrarea subiectiv-activă a tuturor fenomenelor vieţii psihice şi care permite raportarea continuă a individului la mediu.

Faţă de noţiunea de psihic, aceea de conştiinţă are o sferă mai restrânsă (ea se aplică numai la om), în schimb, are un conţinut mai bogat, mai complex, mai plin de înţelesuri şi semnificaţii, decât noţiunea de psihic.

Conştiinţa ca formă supremă de psihic capătă o serie de caracteristici noi care traduc de fapt funcţiile ei şi pe care le vom expune în continuare.

a. Chiar etimologia cuvântului conştiinţă (*con-ştiinţă, con-scienţia, con-science, soznanie*) ne arată că procesarea conştientă este o **procesare cu ştiinţă.** Altfel spus, este procesarea în care individul dispune de o serie de informaţii pe care le poate utiliza în vederea descifrării, înţelegerii şi interpretării unui nou obiect, fenomen întâlnit. Sub raport psihologic, omul *îşi dă seama* de ceva (de un obiect, eveniment, persoană, situaţie) şi îl reproduce în subiectivitatea sa sub formă de imagini, noţiuni, impresii. În virtutea experienţei noastre anterioare, obiectul întâlnit are un ecou informaţional, în sensul că aproape imediat ne dăm seama ce anume reprezintă el. Când obiectul este nou, nemaiîntâlnit, în urma mobilizării resurselor activităţii psihice (comparare, disecare, discernere) vom reuşi să-l identificăm, să-l conştientizăm. Procesarea conştientă presupune includerea particularului în general şi identificarea generalului în particular.

b. Prezenţa scopului în plan mintal este esenţială în procesarea conştientă care este o **procesare cu scop** sau **orientată spre scop.** Scopul este proiecţia mintală a obiectivului activităţii. Formularea scopului de către omul conştient permite realizarea unui activism crescut al subiectului, autonomizarea lui relativă în raport cu influenţele mediului. Scopurile izvorăsc din realitate, din interacţiunea omului cu mediul, nu din propria conştiinţă. Calitatea scopurilor, claritatea şi precizia lor depind însă de unele particularităţi ale omului, de experienţa sa, de necesităţile sale.

c. Scopurile nu se stabilesc însă în chiar desfăşurarea procesului, activităţii, acţiunii, ci înainte de realizarea lor concretă. Omul prin conştiinţă are capacitatea de a anticipa rezultatul acţiunilor sale, de a-l stabili pe plan mintal înainte de a-l realiza în forma sa concretă. Conştiinţa este o **procesare anticipativă** a realităţii, prin aceasta deosebirea dintre om şi animal fiind esenţială, ireductibilă.

d. Dar pentru a putea realiza ceva, nu este suficientă doar stabilirea scopului, ci este necesară organizarea mintală a activităţii, adică fragmentarea ei în elemente componente, stabilirea succesiunii realizării lor, a ierarhiei lor, precizarea scopului activităţii respective în raport cu alte activităţi anterioare sau care urmează să fie realizate. Toate acestea ne evidenţiază o altă particularitate a procesării conştiente şi anume caracterul ei **planificat**.

e. În sfârşit, omul nu procesează realitatea în sine doar pentru a o procesa, ci cu scopul de a o modifica, schimba, adapta necesităţilor sale. Aceasta desemnează caracterul **creator** al procesării conştiente.

Caracteristicile procesării conştiente	Funcţiile conştiinţei
1. Procesare cu ştiinţă 2. Procesare cu scop 3. Procesare anticipativă 4. Procesare planificată 5. Procesare transformativă	1. Informaţional-cognitivă 2. Finalistă 3. Anticipativ-predictivă 4. Reglatorie 5. Creativă

Particularităţile procesării conştiente demonstrează complexitatea acesteia, caracterul ei specific uman. Observăm că în realizarea acestor particularităţi intervin aproape toate procesele psihice: procesarea cu ştiinţă arată importanţa proceselor cognitive; scopurile exprimă dorinţele, necesităţile subiectului, antrenând planul afectiv-motivaţional; caracterul anticipat şi creator evidenţiază prezenţa imaginaţiei creatoare; caracterul planificat, prezenţa gândirii.

Există două forme principale ale conştiinţei: cea individuală şi cea socială. *Conştiinţa individuală* sau *conştiinţa individului* este conştiinţa fiecărui om oglindind condiţiile specifice în care acesta a trăit, a evoluat şi şi-a însuşit în mod personal cultura colectivităţii. Ea desemnează felul individual în care simţim, ştim, trăim, intenţionăm, executăm ceva.

Conştiinţa individuală dispune de mai multe forme: *conştiinţa obiectelor* (omul îşi dă seama de obiectele ce-l înconjoară, de valoarea şi semnificaţia lor), *conştiinţa de sine* (îşi dă seama de propria persoană, de locul ocupat în relaţiile cu alţii), *conştiinţa altuia* (îşi dă seama de existenţa altor oameni care la rândul lor dispun de cunoştinţe, atitudini, năzuinţe), *conştiinţa de grup* (îşi dă seama de colectivul în care trăieşte, de particularităţile acestuia, de scopurile lui). Aceste forme ale conştiinţei individuale facilitează individualizarea şi diferenţierea unui om în raport cu altul, stabilirea relaţiilor interpersonale, stabilirea unei psihologii colective, de grup, comune pentru mai mulţi oameni.

> Care credeţi că sunt „primele semne" ale apariţiei conştiinţei de sine?

În plan subiectiv, conştiinţa individuală se realizează în faze presupunând niveluri şi grade diferite de luciditate sau înţelegere. Există, astfel, o stare de *maximă acuitate şi claritate* a conştiinţei (în stare de veghe), o alta de *acuitate moderată* sau *minimă* (în stare de aţipire), în alte stări conştiinţa poate fi *umbrită, întunecată, slăbită* (stări de boală, de febră etc.), iar în altele

poate fi *total abolită* (în comă). Gradele diferite de luciditate ale conştiinţei ne arată că nu întotdeauna activitatea omului este la fel de eficientă. Aceasta ne atrage atenţia asupra necesităţii desfăşurării activităţii doar atunci când psihicul se află în stare de maximă receptivitate.

Subconştientul cuprinde toate actele care cândva au fost conştiente, dar care în prezent, actual se desfăşoară în afara controlului conştient.



Iată câteva afirmaţii despre subconştient. El este:
- „conştiinţă stinsă" (Th. Ribot);
- „conştiinţă implicită" (S. Freud);
- „conştiinţă inferioară care coexistă cu cea centrală" (P. Janet);
- „cerebraţie latentă" (H. Wallon).

Care dintre cele patru afirmaţii vi se pare a fi mai adecvată?

Explicaţi ce caracteristici ale subconştientului se ascund sub fiecare dintre ele.

Subconştientul este rezervorul în care se conservă amintirile, automatismele, deprinderile, deci toate acele acte care au trecut cândva prin filtrul conştiinţei, s-au realizat cu efort, dar care acum se află într-o stare latentă, de virtualitate psihică care ar putea oricând să redevină activă, să păşească pragul conştiinţei. Deşi plasat între conştient şi inconştient, el este mai mult orientat şi compatibil cu conştientul, decât cu inconştientul. De altfel, rolul lui este de a media trecerile de la inconştient spre conştient şi invers.

Inconştientul este nivelul primar, bazal, de profunzime a organizării psihicului care, deşi aconştient, influenţează psihismul.

Cel mai adesea, el a fost definit într-o manieră *restrictivă* (ca rezervor al tendinţelor înfrânate, înăbuşite, refulate, frustrate) sau *negativă* (ca fiind un fel de haos, de pulsiuni oarbe, fără nici un fel de organizare, ca fiind iraţional, cu efecte dezorganizatoare şi inhibitive asupra vieţii psihice, ţinând chiar de patologia mintală). Psihologia contemporană îl defineşte într-o manieră *extensiv-pozitivă:* inconştientul este acea formaţiune psihică ce cuprinde tendinţele ascunse, conflictele emoţionale generate de resorturile intime ale personalităţii. Psihologul român Paul Popescu-Neveanu considera că inconştientul nu este lipsit de organizare, ci, dimpotrivă, dispune „de o altă organizare, foarte personală, foarte subiectivă". El, ca un alter ego, neagă ordinea impusă de conştiinţă, dar aduce o altă ordine şi anume ordinea proprie subiectivităţii intime. Inconştientul are un important rol pozitiv, deoarece dinamizează viaţa psihică, îi furnizează energia de care aceasta are nevoie, contribuie la realizarea unor combinări şi recombinări spontane, facilitând în felul acesta creaţia. Nu numai conştiinţa dispune de forme diverse. Freud a descris mai ales *inconştientul individual.* Un elev al său, C. G. Jung, (vezi figura de mai jos) s-a referit cu precădere la *inconştientul colectiv* care cuprinde ansamblul tendinţelor, trăsăturilor şi tiparelor comportamentale ancestrale (denumite *arhetipuri)* transmise de la o generaţie la alta.



C. G. Jung, 1875–1961

Unitatea psihicului uman este dată nu atât de însumarea celor trei instanţe funcţionale ale vieţii psihice, cât de interacţiunea lor care presupune pe de o parte interdependenţa şi complementaritatea lor, iar pe de altă parte relativa lor contradicţie. Între conştient şi inconştient, există următoarele tipuri de relaţii:
- *relaţii circulare,* în sensul că oricare dintre conţinuturile conştientului trec în inconştient pentru ca, în urma germinaţiei şi transformării lor, să treacă (nu neapărat toate) din nou în conştient;
- *relaţii de integrare şi dominare a inconştientului de către conştient,* acesta din urmă tinzând prin acţiunile sale

proprii să exploreze selectiv, să înţeleagă, să stăpânească, să contracareze, să domine inconştientul;

- *relaţii de dominare a conştientului de către inconştient*, relaţii care apar fie în stările de afect, fie în stările propriu-zis patologice, care presupun o răsturnare a raporturilor fireşti, inconştientul devenind principalul reglator al conduitei (ca în psihoze);
- *relaţii de echilibrare şi uşoară pendulare* între cele două formaţiuni (când conţinuturile lor nu sunt nici total conştiente, dar nici total inconştiente), întâlnite mai ales în stările de reverie, de contemplaţii.

În această dinamică, principalul sistem de referinţă rămâne însă conştiinţa deoarece prin intermediul ei omul interpretează realitatea aşa cum este şi, numai în virtutea acestui fapt, el îşi poate regla corespunzător conduita.

APLICAŢII

1. Organizaţi următorul experiment în trei variante.

Varianta 1:
Subiectul cu ochii închişi şi cu palma imobilă întinsă pe masă trebuie să relateze despre însuşirile unui obiect ce i se pune pe palmă.

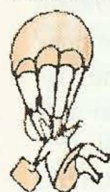
Varianta 2:
Tot cu ochii închişi, subiectul relatează despre însuşirile obiectului având voie să acţioneze cu acesta; spre sfârşitul explorării subiectul este întrebat dacă bănuieşte sau ştie despre ce obiect este vorba.

Varianta 3:
Subiectul relatează despre însuşirile obiectului deschizând ochii; i se cere să denumească obiectul.

Atenţie!
Reuşita experimentului depinde de gradul de nefamiliaritate a obiectului explorat. Alegeţi un obiect cât mai necunoscut şi neobişnuit.
Analizaţi ce se întâmplă în fiecare variantă. Explicaţi rezultatele obţinute.

2. Rugaţi trei colegi să observe unul şi acelaşi eveniment. Cereţi-le apoi să prezinte un raport scris asupra a ceea ce au observat. Faceţi analiza comparativă a rapoartelor de observaţie. Scoateţi în evidenţă faptele/relatările care evidenţiază caracterul subiectiv al psihicului.

3. Identificaţi cât mai multe situaţii (din viaţa cotidiană, din literatura beletristică etc) care evidenţiază influenţa factorilor socio-culturali asupra psihicului.



1. Senzaţii

Senzaţiile realizează cea dintâi şi cea mai simplă legătură informaţională cu lumea şi cu sine. Prin procesele senzoriale, omului i se semnalizează însuşiri cum ar fi lumină, sunete, vibraţii etc. care-i orientează şi reglează acţiunile cu lucrurile sau îi semnalizează stări organice legate de trebuinţele de hrană, apărare etc.

1.1. Definirea şi caracterizarea psihologică generală a senzaţiilor

Senzaţiile au o foarte mare importanţă pentru dezvoltarea altor procese cognitive mai complexe. O dovadă puternică a acestui rol al senzaţiilor l-a constituit cazul unei femei care s-a născut fără mecanismele de realizare a senzaţiilor. Singura zonă sensibilă era doar palma pe care cercetătorii au folosit-o pentru a începe comunicarea cu ea şi a sprijini dezvoltarea sa psihică. Lipsa senzaţiilor înseamnă inexistenţa legăturilor cu ambianţa, stagnarea dezvoltării, instalarea, în cea mai mare parte a timpului, a stării de somnolenţă sau somn. De asemenea, se ştie că persoanele care nu dispun de auz ori văz sau nici de una, nici de alta au dificultăţi în dezvoltarea lor psihică şi au nevoie de programe speciale de instrucţie şi educaţie.

Senzaţiile sunt procese psihice elementare prin care se semnalizează separat, în forma unei imagini simple şi primare, însuşirile concrete ale obiectelor şi fenomenelor în condiţiile acţiunii directe a acestora asupra analizatorilor.

Prin urmare, senzaţiile sunt procese psihice ce se desfăşoară în timp scurt şi duc la apariţia unui produs psihic specific şi anume imaginea senzorială. Dar la omul adult în cea mai mare parte a timpului nu se produc senzaţii pure, ci ele sunt integrate în procese mai complexe, cum ar fi percepţiile. Senzaţii pure se obţin numai în laborator. De asemenea, imediat după naştere, copilul dispune numai de senzaţii, iar dezvoltarea acestora va fi o condiţie necesară a apariţiei percepţiilor şi reprezentărilor. Cunoaşterea însuşirilor senzaţiilor permite înţelegerea rolului lor în activitatea omului şi găsirea unor căi de optimizare a desfăşurării lor.

1.2. Însuşirile senzaţiilor

Calitatea este însuşirea care diferenţiază o senzaţie de alta şi astfel vorbim de cele vizuale, auditive, olfactive etc. Această calitate este şi un criteriu de clasificare a senzaţiilor. Ea depinde de doi factori principali:

- natura stimulilor din mediul ambiant care pot fi: unde electromagnetice, vibraţii ale aerului, substanţe volatile etc;
- specificul funcţionării fiecărui analizator.

Există autori care vorbesc de o energie specifică a organelor de simţ. În realitate, diversitatea senzaţiilor este rezultatul adaptării analizatorilor de-a lungul filogenezei la condiţiile de viaţă de pe Terra.

> Imaginaţi-vă că viaţa omului s-ar desfăşura în mediul acvatic.
> Care credeţi că ar fi modalităţile senzoriale de care ar dispune?

Intensitatea senzaţiei este proporţională cu cea a stimulului. Dacă trebuie să crească intensitatea senzaţiei, atunci trebuie să fie sporită şi puterea stimulului. Dar intensitatea senzaţiei mai depinde şi de alţi factori: starea generală a organismului, gradul de sensibilitate a analizatorului din acel moment. Aşa de exemplu, în stare de oboseală chiar şi stimulii puternici sunt mai slab recepţionaţi. La fel se întâmplă şi dacă doar analizatorul respectiv a fost suprasolicitat anterior.

> De ce credeţi că persoanele în vârstă sunt iritate de sunetele prea intense?

Durata senzaţiei corespunde, în general, duratei acţiunii stimulului. Trebuie însă să se ţină seama de existenţa altor două fenomene: perioada de latenţă şi efectul de postacţiune. Primul se referă la faptul că senzaţia nu apare imediat după acţiunea stimulului, ci după un

interval de cca. 100-150 miimi de secundă. Cel de-al doilea se referă la faptul că după încetarea acțiunii stimulului se menține câteva miimi de secundă o urmă, o imagine consecutivă. Aceasta are o mare importanță în producerea percepției.



Explicați incidentul de la Observatorul Astronomic din Greenwich din 1795 când directorul acestui institut a concediat un tânăr asistent, acuzându-l de neglijență în serviciu pentru că a întârziat cu o jumătate de secundă înrgistrarea trecerii unei stele peste primul meridian.

Oamenii se deosebesc după durata perioadei de latență. Cei mobili au o latență mică, iar cei inerți una mai mare decât valorile medii ale acesteia.

Tonalitatea afectivă se referă la faptul că senzațiile sunt însoțite de trăiri afective plăcute sau neplăcute. Aceasta depinde pe de o parte de natura stimulului și pe de altă parte de experiența anterioară a subiectului și de atitudinile pe care și le-a format. Astfel, sunetele stridente sunt însoțite de neplăcere, la fel mirosurile și gusturile dezagreabile. Experiența periculoasă a unui incendiu poate face ca cineva să nu suporte roșul aprins. Atitudinile culturale ale românilor explică neplăcerea lor față de negrul care este semnul doliului.



Exprimă propria tonalitate afectivă pentru fiecare din cele șapte culori ale spectrului luminii și găsește explicația lor.

Valoarea informațională se referă la faptul că senzațiile reflectă: a) însușiri ale obiectelor exterioare și pe această bază mișcările și acțiunile pot fi eficiente; b) gradul de încordare musculară și direcția de orientare a mișcărilor; c) stări interne legate de satisfacerea trebuințelor fundamentale. De aceea senzațiile au fost grupate în următoarele categorii: *exteroceptive* (cum sunt cele auditive, vizuale, gustative, tactile provocate de însușirile obiectelor); *proprioceptive* (provocate de stările tensionale de la nivelul articulațiilor și al sistemului osteomuscular); *interoceptive* (cum sunt cele de foame, sete, durere viscerală).



Grupați în cele trei categorii următoarele senzații: înțepătură, sunetul viorii, jenă stomacală, miros de portocale, rece ca gheața, încordarea bicepșilor.

Caracterul conștient este o însușire a senzațiilor care apare numai după ce s-au dezvoltat alte procese psihice cum ar fi: gândirea, memoria și mecanismele limbajului. La începutul vieții, senzațiile nu pot fi conștientizate. Între 1 și 3 ani apare conștiința și senzațiile încep să aibă o astfel de calitate. La adult, multe senzații rămân inconștiente, doar unele ajung să fie conștientizate.

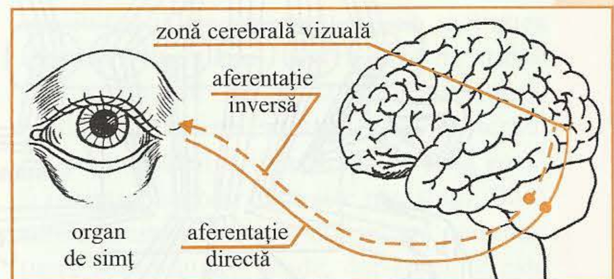
1.3. Mecanismele de producere a senzațiilor

De-a lungul filogenezei, s-au dezvoltat aparate specializate pentru recepționarea diferitelor categorii de stimuli.

Organismele vii au dobândit mai întâi în procesul evoluției o proprietate deosebită cea a excitabilității, caracteristică oricăror celule și care constă în a răspunde prin modificări biochimice la stimulările exterioare. Apoi, o dată cu apariția țesutului nervos a apărut sensibilitatea care a permis recepționarea nu numai a stimulilor cu semnificație biologică directă, ci și a altora, legați de primii. Mediul socio-cultural al omului a solicitat și dezvoltat și mai mult sensibilitatea. Omul dispune de cele mai multe feluri de senzații și cu cea mai diversă implicare în viața și activitatea lui. Totodată, s-au perfecționat și mecanismele de producere a lor, ale căror suporturi morfofuncționale sunt analizatorii.

Analizatorul este un ansamblu structural-funcțional care face posibilă apariția senzațiilor.

În alcătuirea lui (vezi schema de mai jos) intră următoarele componente:



a. Receptorul este componenta care transformă energia excitanților exteriori în influx nervos. Din punct de vedere neuro-

cibernetic, această transformare este o codare: o trecere a stimulărilor exterioare într-un cod neurofiziologic, adică în impulsuri nervoase cu anumite caracteristici. Așa de exemplu, receptorul vizual este retina care are două feluri de unități receptoare: conurile – mecanisme ale vederii diurne – care conțin o substanță specială, iodopsina, ce se descompune sub influența luminii și se produc astfel biocurenți; bastonașele conțin rodopsină și funcționează în mod asemănător, dar în condițiile în care concentrația de lumină din mediul înconjurător este scăzută (mecanism al vederii nocturne).

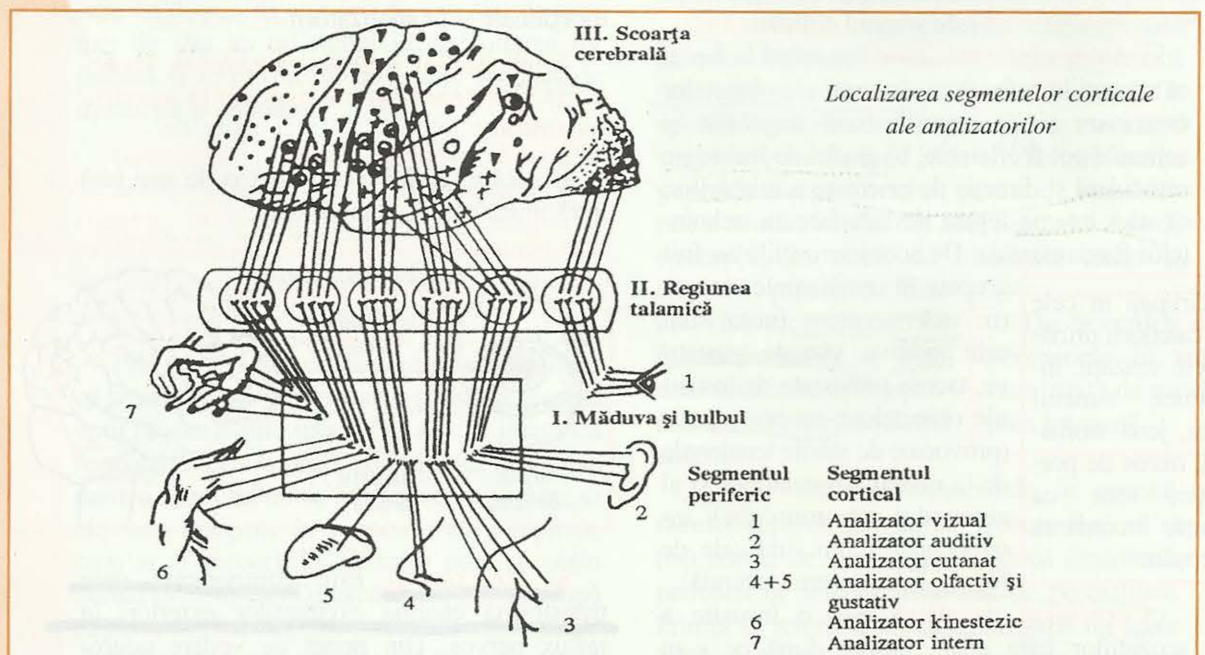
b. Calea de conducere a influxului nervos este componenta intermediară. Ea este alcătuită din fibre nervoase senzitive și mai mulți centri subcorticali care fac o analiză primară a influxului nervos și un prim filtraj senzorial, astfel că la scoarță se vor transmite numai anumite impulsuri. Aceste căi de conducere au fost numite specifice. Împreună cu ele sunt și căi nespecifice care transmit excitații în mod difuz la nivelul întregii scoarțe menținând gradul său de activare. Dacă ele nu ar funcționa, omul ar intra în stare de somn. Căile specifice de conducere transferă informația la scoarța cerebrală specializată.

c. Veriga centrală este cea mai importantă componentă a analizatorului. Ea este o zonă corticală specializată în decodificarea, adică transformarea impulsurilor nervoase în fapt psihic. Fiecare analizator are o zonă corticală proprie (cel vizual în occipital, cel auditiv în temporal, cel tactilo-chinestezic în circumvoluțiunea centrală posterioară etc.). Zona corticală are o porțiune centrală numită nucleul analizatorului în care se fac cele mai fine operații de decodificare și o alta periferică, mai extinsă, cu funcții de integrare a senzațiilor în ansambluri, numită zonă de asociație.

d. Conexiunea inversă (descoperită către a doua jumătate a secolului al XX-lea) asigură autoreglarea analizatorului, în vederea recepționării cât mai bune a stimulilor.

Analizatorul are o activitate reflexă unitară. Lipsa unei verigi, mai ales a celei centrale, face imposibilă apariția senzației specifică acelui analizator. De asemenea, funcționarea insuficientă a unora sau altora dintre componente perturbă realizarea senzațiilor corespunzătoare (de exemplu, poate apare cecitate cromatică dacă nu funcționează conurile).

Precizați componetele principalilor analizatori care lipsesc, din figura de mai jos.



Localizarea segmentelor corticale ale analizatorilor

1.4. Legile generale ale senzaţiilor

Funcţionarea analizatorilor şi producerea senzaţiilor implică acţiunea mai multor legi. Unele dintre ele sunt generale şi ne vom referi la ele în continuare, altele sunt particulare, proprii diferitelor feluri de senzaţii.

Legea intensităţii a fost una dintre primele legi descoperite în psihologie. În laborator, s-a constatat că un excitant produce o senzaţie numai dacă atinge o anumită intensitate care depăşeşte un anumit prag, denumit prag minimal absolut.

Pragul absolut minim este intensitatea cea mai mică a unui stimul care poate determina o senzaţie specifică pentru un analizator.

Pragul minimal absolut pentru sensibilitatea vizuală este de 1-2 cuante, pentru cea auditivă este de 16-20 ciclii/secundă, pentru cea tactilă, 3-4 gr/mm^2 etc. Cu cât acest prag este mai mic, cu atât sensibilitatea este mai mare, stabilindu-se o relaţie invers proporţională exprimată matematic astfel:

E = 1/I,

adică E = sensibilitatea, I = intensitatea stimulului.

S-a demonstrat că există şi un prag absolut maxim.

Pragul absolut maxim este cea mai mare cantitate dintr-un stimul care mai determină încă o senzaţie specifică.

Stimulii care depăşesc pragul maxim produc durere şi pot distruge analizatorul. Ei au mai fost numiţi supraliminali. Cei care nu ating pragul minim, nu produc o senzaţie conştientizabilă, au fost numiţi subliminali.



Găsiţi exemple de stimuli subliminali ce acţionează asupra noastră fie în anumite împrejurări, fie mereu.

S-a descoperit şi un prag diferenţial.

Pragul diferenţial este cantitatea minimă de excitant care adăugată la stimularea iniţială determină o nouă senzaţie.

Prin urmare, dacă pe mâna unui subiect se aşază mai întâi o greutate de 100 gr, acesta va simţi o nouă senzaţie numai dacă se va mai adăuga 1/30 din cea iniţială, adică 3,3 gr. La sensibilitatea vizuală, acest prag este de 1/100, iar la cea auditivă de 1/10. Valoarea acestor praguri reflectă o constantă între intensitatea iniţială a stimulului şi cea adăugată, exprimată matematic astfel:



E.H. Weber, 1795–1878

$$K = \frac{\Delta x}{x}$$

formulă legată de numele a doi autori E.H. Weber (vezi figura de mai sus) şi G.T. Fechner (vezi figura alăturată). Comparându-se modificarea intensităţii stimulului şi cea a senzaţiei, s-a constatat că prima creşte în progresie geometrică, iar cealaltă în progresie aritmetică. Dar legea Weber-Fechner se respectă numai la valorile medii ale excitaţiilor, în timp ce la intensităţile care se apropie de pragul minim sau cel maxim, raportul nu mai este constant.



G.T. Fechner, 1801-1887



Explicaţi de ce legea Weber-Fechner nu se mai respectă la intensităţile mari ale stimulilor.

Psihologul român Gh. Zapan a adus corectarea formulei iniţiale, dobândind o recunoaştere mondială.

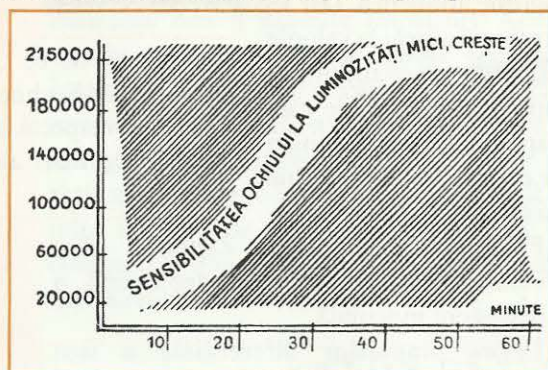
Legea pragurilor diferenţiale a fost aplicată în psihologia industrială şi s-a elaborat un nou concept: **pragul operaţional** care este de câteva ori mai mare decât cel diferenţial pentru că discriminarea senzaţiilor trebuie să se facă foarte repede şi clar.

Legea adaptării se referă la modificarea sensibilităţii analizatorului sub acţiunea repetată a stimulului. Astfel, dacă un stimul slab acţionează mai multă vreme (20-30 de minute), adaptarea se realizează în sensul creşterii sensibilităţii (astfel încât el să poată fi recepţionat chiar dacă este mai slab). Dacă stimulul este puternic şi acţionează mai mult timp, sensibilitatea scade, dar stimulul este satisfăcător recepţionat. Prin urmare, adaptarea senzorială permite realizarea legăturilor informaţionale optime chiar când se schimbă condiţiile de interacţiune cu

stimulii. Această lege acționează la nivelul tuturor analizatorilor, dar este mai deosebită la văz, tact și olfacție.



Cea mai puternică adaptare este cea vizuală. Când într-o zi de iarnă cu multă zăpadă și soare, ieșim dintr-o încăpere întunecoasă în primele momente nu vedem nimic, dar după 4-5 minute vedem normal. Adaptarea la întuneric se realizează în mai multe etape: mai rapid în primele 10-15 minute, ceva mai lent în următoarele 3-4 ore și în ansamblu se produce o creștere de 200.000 de ori față de valoarea de la start. Adaptarea vizuală se explică prin mecanisme periferice (trecerea de la vederea cu ajutorul conurilor la vederea cu ajutorul bastonașelor și reflexele pupilare) și mecanisme centrale (antrenarea mai multor neuroni sau producerea inducției reciproce). Adaptarea olfactivă se realizează în 1-3 minute, iar la cea de atingere chiar după 3 secunde se produce o scădere cu 1/5. Senzațiile auditive și cele de durere se adaptează prea puțin.





Încercați să explicați de ce sensibilitatea auditivă și cea de durere se caracterizează prin adaptabilitate scăzută.

Legea contrastului senzorial constă în scoaterea reciprocă în evidență a doi stimuli cu caracteristici contrare. S-a constatat că în structura fiecărui analizator există mecanisme speciale de accentuare a contrastului și deci de optimizare a receptării stimulilor. Sunt două feluri de contrast: a) *contrastul succesiv* care constă în creșterea sensibilității pentru excitantul care urmează, așa cum este cazul cu relația dintre un sunet mai înalt care urmează unuia mai jos; b) *contrastul simultan* ce se realizează cel mai mult în cadrul sensibilității vizuale, cum ar fi negru pe galben, verde pe alb, verde pe roșu. Contrastul cromatic este utilizat mult în industrie și transporturi, iar cel gustativ în industria alimentară.

Legea sensibilizării constă în creșterea sensibilității unui analizator datorită interacțiunii sale funcționale cu ceilalți. Așa de exemplu, dacă se consumă substanțe dulci acrișoare crește capacitatea de adaptare în trecere de la lumină la întuneric. Dacă se spală fața cu apă rece, crește acuitatea vizuală.

Legea sinesteziei constă în faptul că stimularea unui analizator produce efecte senzoriale specifice într-un alt analizator, deși acesta nu a fost stimulat. De exemplu, o stimulare sonoră muzicală poate produce și efecte de vedere cromatice și invers. În limbaj curent se spune că unele sunete sunt catifelate, unele culori sunt dulci etc. Sinestezia pare a fi o premisă a dotației artistice în pictură, muzică, coregrafie (P. Popescu-Neveanu).

Ce fenomen de sinestezie credeți că s produce la coregraf

Legea compensației constă în faptul că insuficienta dezvoltare a unei modalități senzoriale sau chiar lipsa ei duce la perfecționarea alteia care preia funcțiile celei dintâi. De exemplu, persoanele lipsite de văz își dezvoltă mult sensibilitatea tactilă și olfactivă.

Ce compensări credeți că se prod la persoanele lips de auz?

Legea semnificației se referă la faptul că dacă un stimul este foarte important pentru o persoană, atunci el este repede și bine recepționat chiar dacă intensitatea lui este mai mică. La animale, semnificația rezultă din valoarea biologică a stimulilor. La om se adaugă și o semnificație socio-culturală și profesională. De exemplu, un mecanic auto cu experiență, sesizează cu ușurință modificări ale zgomotelor motorului.

Găsiți și alte exemple care ilu- trează funcțio- rea acestei legi.

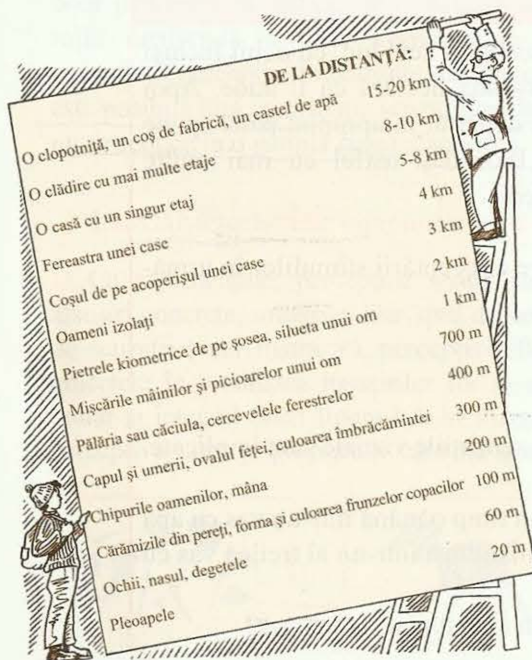
1.5. Principalele modalități senzoriale

În clasificarea senzațiilor s-au folosit mai multe criterii, însă două s-au impus: a) *tipul aparatului specializat pentru recepție* distingându-se astfel senzații vizuale,

auditive, olfactive etc; b) *natura conținutului informațional,* adică ce fel de însușiri concrete sunt semnalizate prin respectivele senzații, stabilindu-se următoarele categorii:

- senzații care furnizează informații despre obiectele și fenomenele lumii externe: vizuale, auditive, olfactive, gustative, cutanate;
- senzații care furnizează informații despre poziția și mișcarea propriului corp: proprioceptive, chinestezice, de echilibru;
- senzații care ne informează despre modificarea mediului intern: foame, sete, durere.

Senzațiile vizuale sunt rezultatul acțiunii undelor electromagnetice din registrul 390-800 milimicroni asupra analizatorului . Aceste unde se propagă de la sursele naturale (mai ales de la soare) sau artificiale (corpuri de iluminat) sau de la obiectele luminate. Acestea din urmă pot absorbi toate razele de lumină și nu reflectă nimic, ele sunt văzute negre; le poate reflecta pe toate și sunt văzute albe; le reflectă selectiv și generează senzații cromatice corespunzătoare spectrului culorilor. Distanțele la care se află obiectele influențează, de asemenea, producerea senzațiilor vizuale (vezi figura de mai jos).



Influența distanței asupra senzației vizuale

Dar orice senzație vizuală se caracterizează prin următoarele proprietăți: 1) *tonul cromatic* dat de lungimea de undă ce stimulează ochiul (760 milimicroni pentru roșu, 500 milimicroni pentru verde etc); 2) *luminozitatea* care exprimă locul ocupat de acea culoare pe o scală în care cea mai luminoasă este albul și cea mai puțin luminoasă este negrul; 3) *saturația* ce exprimă puritatea culorii, adică neamestecul ei cu alte lungimi de undă. Combinarea acestor trei proprietăți duce la un număr foarte mare de nuanțe cromatice. Senzațiile vizuale au cea mai mare pondere și o foarte mare importanță pentru viața omului.

Senzațiile auditive. Excitantul care le determină sunt undele sonore cuprinse în registrul 16-20.000 cicli/sec, (infrasunetele, adică cele sub 16 cicli/sec, și ultrasunetele, cele peste 20.000 cicli/sec, nu sunt percepute).

Caracteristicile undei sonore determină următoarele proprietăți ale senzațiilor auditive: 1) *frecvența vibrațiilor* (numărul de vibrații/sec) determină înălțimea sunetului; 2) *amplitudinea undei* (gradul de deplasare a undei față de poziția de echilibru) va da intensitatea; 3) forma undei (constând dintr-o undă fundamentală și altele mai scurte) ce depinde de natura sursei sonore (vioară, pian, diapazon) se va exprima în *timbrul* care permite identificarea acelui sunet.

Senzațiile cutanate sunt de două feluri:

- tactile, generate de atingerea și presiunea obiectelor;
- termice.

Cele tactile informează asupra însușirilor, cum ar fi: netezimea, asperitatea, duritatea obiectelor. Cele termice sunt determinate de diferența dintre temperatura propriului corp și cea a obiectelor exterioare cu care omul vine în contact.

Senzațiile olfactive semnalizează proprietăți chimice ale obiectelor. Excitantul care le provoacă sunt particule de substanțe volatile ce pătrund în fosele nazale o dată cu aerul respirat și se intensifică o dată cu accelerarea inspirației. Ele poartă numele substanțelor care le produc.

Ce rol credeți că joacă senzațiile olfactive?

Senzațiile gustative reflectă calitățile chimice ale substanțelor solubile care pătrund în cavitatea bucală. Există patru senzații gustative fundamentale: dulce, acru, sărat, amar din combinarea cărora rezultă nenumărate nuanțe. Au rol în apărarea de substanțe nocive și reglarea comportamentului alimentar.



Analizați gustul ciocolatei, identificând prezența unora dintre senzațiile de bază enumerate mai sus.

Senzațiile proprioceptive semnalizează postura membrelor, trunchiului și capului. Excitantul lor este intern, reprezentat de tensiunea musculară din acei mușchi antrenați în poziția statică și în poziția de lucru.

Senzațiile chinestezice apar în cursul efectuării mișcărilor și informează despre direcția, durata și intensitatea efortului pentru realizarea lor. Rolurile lor principale sunt: a) reglarea mișcărilor; b) integrarea lor în acțiuni voluntare complexe.

Formele de bază ale chinesteziei sunt:

- chinestezia aparatului locomotor;
- chinestezia manuală;
- chinestezia verbo-motoare.



Intuiți solicitările aparatului de echilibru în cazul zborurilor cosmice.

Senzațiile organice sunt determinate de modificări ale biochimismului intern al organismului: scăderea concentrației de substanțe nutritive în sânge, a apei, a oxigenului etc, semnalizând deficitul, ele stimulează omul să acționeze în vederea restabilirii echilibrului și menținerea bunei funcționări a organismului și a sănătății sale.

Amintiți-vă și descrieți o situație în care ați fost lipsit de apă și ați avut o sete foarte mare.

Senzațiile de durere semnalizează tulburări funcționale sau distrugeri de țesuturi organice. După sursa lor pot fi grupate astfel:

- dureri periferice cutanate;
- dureri profunde musculare;
- dureri viscerale.

După intensitate pot fi ușoare și puternice; după durată – fulgerătoare și continue. Au o tonalitate afectivă negativă puternică concretizată în suferință. Au rol fundamental în apărarea organismului.

Amintiți-vă situația în care v-ați tăiat la un deget și descrieți după parametrii de mai sus durerea resimțită.

APLICAȚII

1. Fixați un punct pe pardoseala clasei. Așezați o persoană în acel loc, cu ochii închiși sau legați. Apropiați din lateral un ceas până când persoana declară că îl aude. Apoi îndepărtați-l până când nu-l mai aude. Porniți apoi de la depărtat la apropiat până spune că aude tic-tacul. Măsurați distanța de fiecare dată. Procedați astfel cu mai multe persoane. Calculați distanța individuală și apoi pe cea medie.

2. Analizați relațiile de contrast și efectul lor de ușurare a receptării stimulilor în următoarele două cazuri:
a) un panou alb și scrisul negru;
b) un panou negru și scrisul alb.

3. Enumerați câteva situații de viață și activitate în care senzațiile vizuale sunt implicate.

4. S-a făcut următorul experiment: o persoană a ținut un timp o mână într-un vas cu apă rece și alta într-unul cu apă caldă. Apoi le-a introdus pe amândouă într-un al treilea vas cu apă la temperatura intermediară.
Cum credeți că a reacționat fiecare mână la temperatura apei din al treilea vas?
Cum explicați?

2. Percepţii

Omul trăieşte într-o lume diversă de obiecte şi fenomene care există în spaţiu şi se desfăşoară în timp. Pentru a stabili relaţiile informaţionale cu acestea şi a se adapta la ele, dispune de capacitatea de a avea percepţii.

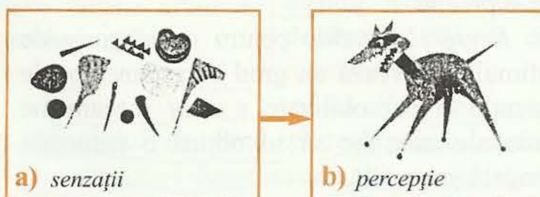
2.1. Definirea şi caracteristicile generale ale percepţiilor

Percepţiile sunt procese senzoriale complexe şi totodată imagini primare, conţinând totalitatea informaţiilor despre însuşirile concrete ale obiectelor şi fenomenelor în condiţiile acţiunii directe a acestora asupra analizatorilor.

Cu privire la relaţia dintre senzaţii şi percepţii, s-au formulat de-a lungul timpului puncte de vedere diferite. Unii psihologi au acordat o mai mare importanţă senzaţiilor şi au considerat percepţia numai ca o simplă sumă a lor. Alţii au considerat că de fapt există doar percepţii, iar senzaţiile reprezintă separaţia artificială a unor componente din ansamblul perceptiv. În realitate, percepţia nu este posibilă fără contribuţia senzaţiilor, dar ea nu se reduce la o simplă sumă a acestora.

2.2. Caracteristicile imaginii perceptive

Ca şi senzaţiile, percepţiile semnalizează însuşiri concrete, intuitive. Dar spre deosebire de senzaţii (vezi figura a.), percepţia reflectă obiectele în totalitatea însuşirilor lor în mod unitar şi integral (vezi figura b.). În imaginea perceptivă apar şi proprietăţi care nu aparţin


a) *senzaţii* b) *percepţie*



elementelor care-i stau la bază, aşa cum este configuraţia sau structura.

Percepţia este considerată a fi o *imagine primară*, pentru că apare numai în relaţia directă cu obiectul. Dacă relaţia este optimă, atunci şi percepţia este clară şi precisă. Dacă legătura este tulburată de distanţa prea mare, de intensitatea prea slabă a stimulării, percepţia este neclară şi imprecisă.

Interacţiunea directă cu obiectul dă imaginii perceptive caracteristica de a fi *obiectuală*, adică de a fi întotdeauna imaginea unui obiect anume. Întăreşte astfel conştiinţa realităţii mediului şi de aceea, în limbaj curent, se aduce, drept argument al certitudinii privind existenţa lucrurilor, precizarea: *am văzut cu ochii mei, am auzit cu urechile mele.*

Imaginea perceptivă este *bogată în conţinut.* Ea cuprinde atât însuşirile semnificative, cât şi pe cele mai puţin importante, mai de detaliu. Caracteristicile cromatice ale obiectelor sunt realizate în varietatea nuanţelor lor, a intensităţii şi luminozităţii condiţionate de contextul în care se află acele obiecte.

Percepţia unui anumit obiect este concomitentă cu aceea a elementelor care îl înconjoară şi cu care se află într-un anumit spaţiu şi timp; prin urmare, orice percepţie este realizată totdeauna *aici şi acum* şi astfel ea asigură o şi mai bună adaptare a omului la realitate.

Durata percepţiei corespunde duratei acţiunii stimulului, a prezenţei acestuia. Dacă ea s-ar prelungi după dispariţia obiectului, atunci ar fi expresia îmbolnăvirii psihice şi ar tulbura relaţiile cu ambianţa.

La fel, *intensitatea percepţiei* este proporţională intensităţii stimulilor şi asigură, şi din acest punct de vedere, adaptarea la ambianţă.

Prin toate calităţile sale, imaginea perceptivă îndeplineşte o funcţie informaţională specifică, mai complexă ca a senzaţiei şi are un rol reglator deosebit pentru activitate.

Imaginea obiectului şi a contextului în care el se află conduce desfăşurarea mişcărilor, reglează traiectoria, amplitudinea, ritmicitatea şi coordonarea acestora.



Analizaţi implicarea percepţiilor vizuale şi auditive în realizarea scris-cititului.

Totodată, percepţiile auditive, vizuale şi tactilo-chinestezice sunt absolut indispensabile pentru realizarea vorbirii, citirii, scrierii.



Arătaţi cum calităţile generale ale percepţiilor se realizează atunci când priviţi o carte de pe masa sau pupitrul vostru.

Ca şi senzaţia, percepţia este o bază absolut indispensabilă pentru dezvoltarea celorlalte capacităţi cognitive ale omului.

2.3. Procesul perceptiv

Imaginea perceptivă nu este rezultatul *amprentelor* obiectului în creier, a unei întipăriri mecanice, ci a unui proces complex şi activ, orientat şi subordonat scopurilor concrete ale activităţilor desfăşurate de către om.

Acest proces complex este plurimodal, adică antrenează mai mulţi analizatori pentru că orice obiect concret posedă o multitudine de însuşiri ce sunt semnalate de către aceştia. Informaţia obţinută este analizată şi sintetizată la nivel central prin mecanisme mult mai complexe ca ale senzaţiei.

Psihologia cognitivă, una dintre orientările cele mai noi, relevă faptul că procesarea informaţiei în percepţie antrenează mecanisme care depăşesc simpla funcţionare a analizatorilor.

Astfel, desfăşurarea procesului perceptiv este influenţată de acţiunile şi operaţiile pe care le desfăşurăm chiar asupra obiectelor percepute, cum ar fi: deplasare, aşezare, ordonare, măsurare, compunere şi descompunere etc. Datorită acestor manevrări directe, imaginea percepută reflectă mai bine anumite însuşiri.

Totodată, în mod obişnuit, percepţia este integrată în activitatea pe care o desfăşoară omul şi de aceea ceea ce este mai important pentru desfăşurarea acesteia devine obiectul central al percepţiei şi este perceput clar, complet, precis.

Într-un proces perceptiv în desfăşurare, sunt integrate totdeauna elemente ale experienţei anterioare a subiectului cu categoria respectivă de obiecte. Aceasta cuprinde cel mai adesea scheme perceptive a căror reactualizare determină o mare operativitate şi o rapidă organizare a percepţiei actuale. Aşa se explică de ce reuşim să identificăm rapid persoana pe care o aşteptăm într-o gară dacă am mai văzut-o şi dispunem de o schemă perceptivă ce cuprinde principalele caracteristici fizionomice distinctive şi invers să avem mari dificultăţi de a o detecta. Experienţa anterioară mai cuprinde cunoştinţe, clasificări, relaţionări spaţio-temporale după diverse criterii care se vor implica mai ales în momentul în care percepţia se va integra în activităţi mentale şi practice mai complexe.

Procesul perceptiv nu este însă numai efectul acţiunii stimulilor şi inter-relaţiilor obiective dintre aceştia şi a acţiunii directe a omului asupra lor, ci şi a implicării subiectului ca personalitate, cu tot ce îi este caracteristic şi-l diferenţiază de semenii săi. De aceea perceperea unuia şi aceluiaşi obiect de către persoane diferite va duce la formarea la toţi a unei imagini adecvate realităţii, dar conţinând şi aspecte specifice pentru fiecare.

Presupuneţi că vede... împreună cu alţi p... prieteni (de fapt doi b... şi două fete) un brad î... Stabiliţi care vor fi î... şirile percepute obliga... de toţi şi care vor fi ce... vor aparţine percep... fiecăruia.

Astfel, cercetările au demonstrat influenţa *pregătirii anticipate* a subiectului care generează o predispoziţie a sa de a explora obiectul mai mult sau mai puţin profund şi care va genera o imagine mai superficială sau mai precisă.

Interesele stabile pentru o categorie de stimuli generează un grad corespunzător de atenţie şi o mobilizare a altor mecanisme mentale care fac să se obţină o percepţie bogată şi corectă.

În desfășurarea percepțiilor umane intervin, totdeauna, mecanisme verbale care au o funcție integratoare și de relevanță.



Imaginea alăturată dovedește rolul integrator al cuvântului. Cine o percepe prima dată vede numai niște pete fără organizare și sens. Dacă se spune că este un vânător și câinele său, toate petele par să se organizeze și imaginea are un înțeles clar.

Nivelul general al dezvoltării percepției contribuie la diferențierea perceperii unuia și aceluiași obiect de către un copil și un adult.

Specializarea profesională este un factor ce asigură profunzimea și finețea percepției.

Gradul de cultură generală este alt factor ce ajută perceperea unor obiecte complexe cum ar fi o pictură celebră, o sculptură, o partitură.

2.4. Fazele procesului perceptiv

În condițiile perceperii curente a realității, omul are impresia că imaginile apar instantaneu. În realitate, orice proces perceptiv presupune parcurgerea mai multor faze. Acestea se desfășoară foarte rapid și omul nu le sesizează prezența decât în condiții dificile de percepere sau în cele din laborator. Cercetările din domeniul psihologiei inginerești au relevat următoarele faze.

Detecția este prima fază care constă în sesizarea și conștientizarea doar a prezenței stimulului în câmpul perceptiv, fără să se poată spune ceva despre caracteristicile lui. În timpul acestei faze, subiectul se orientează spre stimul, își fixează privirea, își încordează atenția. Acum abia se depășește pragul de **minimum-vizibile.**



Ce poate spune cineva care parcurge această fază în perceperea unei siluete umane aflate la mare distanță?

Discriminarea constă în detașarea stimulului de fond și remarcarea acelor însușiri care-l deosebesc de altii asemănători. Se depășește astfel pragul **minimum-separabile.**

Identificarea se referă la realizarea unui nivel mai înalt de procesare și la cuprinderea într-o imagine unitară a informațiilor obținute anterior și raportarea acesteia la modelul perceptiv corespunzător din experiența anterioară, iar subiectul poate recunoaște ceea ce percepe. Se depășește astfel un al treilea prag numit **minimum cognoscibile**. Faza se încheie cu realizarea a două feluri de identificări:

- *identificarea categorială,* adică stabilirea clasei din care face parte obiectul;
- *identificarea individuală,* adică stabilirea componentelor individualizatoare ale acelui obiect.



Gândiți-vă la ce poate spune cineva după parcurgerea acestei faze când percepe aceeași siluetă umană (ca în exercițiul anterior).

Interpretarea este de fapt condiționată de legătura naturală a percepției cu activitatea omului. Constă în stabilirea semnificației obiectului perceput, a importanței lui pentru subiect, a posibilei sale utilizări în activitate. Intervin, deci, de această dată, mecanismele înțelegerii, confruntarea cu planul mintal al desfășurării activității.

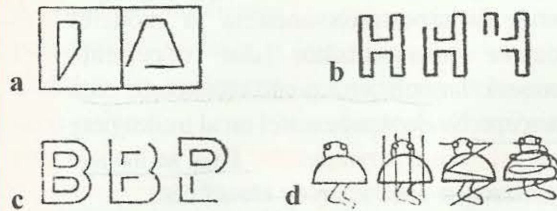
Prin urmare, percepția se dovedește a fi o formă superioară a cunoașterii senzoriale și un proces complex de extragere și prelucrare a informației în vederea adaptării și desfășurării activităților diverse ale omului.

2.5. Legile percepției

Implicarea tuturor factorilor externi și interni, ca și desfășurarea fazelor procesului perceptiv sunt guvernate de următoarele legi generale ale percepțiilor.

Legea integralității percepției exprimă faptul că însușirile obiectului sunt semnalate nu separat, ci în interrelații complexe alcătuind o imagine unitară, cuprinzând atât însușirile principale, cât și pe cele secundare, atât obiectul respectiv, cât și contextul spațio-temporal în care acesta se află. Însușirile se percep împreună și se impun împreună, așa că dacă un

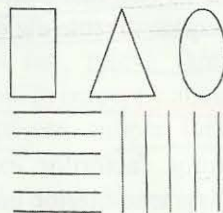
obiect cunoscut este văzut numai parțial, în virtutea unității structurii lui, ne comportăm ca și cum l-am vedea în întregime (vezi figura de mai jos).



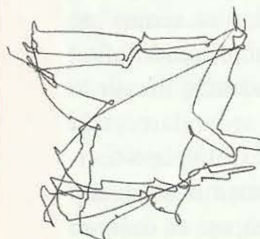
*Situații în care se evidențiază caracterul unitar-sintetic al percepției; eliminarea unor elemente din cadrul unui obiect nu afectează capacitatea noastră de a-l identifica (**a, b, c**); adăugarea unor elemente la un obiect cunoscut nu duce la modificarea identității lui în percepție (**d**).*

Legea structuralității perceptive explică faptul că în structura imaginii unitare însușirile care comunică cea mai mare cantitate de informații ocupă primul plan și sunt primele explorate perceptiv cât mai bine, în timp ce toate celelalte trec pe un plan secund și sunt reflectate mai vag. Prin urmare, imaginea perceptivă este organizată ierarhic și explorarea perceptivă este influențată de aceasta. În figura de mai jos, sunt prezentați stimulii și felul în care se produc traseele de explorare vizuală a lor.

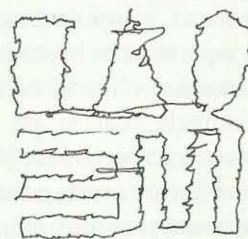
Itinerariul parcurs de privire (în perceperea acestui desen)



în decurs de 30 sec. în condițiile analizei cu ochiul liber



în condițiile analizei după contur



Legea selectivității exprimă caracteristica omului de a fi o ființă activă și de a realiza raporturi diferențiate și variate cu lumea. Asupra omului, de fapt, acționează continuu foarte mulți excitanți variați ca intensitate, durată, calitate, dar el nu-i reflectă în același grad pe toți. În strânsă legătură cu ceea ce el face, se fixează cu precădere la un moment dat asupra unuia și acesta devine *obiectul percepției*. El este perceput complet, clar, precis. Toate celelalte elemente înconjurătoare formează *câmpul percepției* și sunt reflectate mai vag, mai puțin precis, mai lacunar. Obiectul percepției nu este fix. În funcție de necesitățile activității, orice obiect poate fi într-un moment *obiect al percepției*, iar în altul, *element al câmpului perceptiv*. Așa numitele imagini duble din figurile alăturate arată această dinamică în funcție de felul în care ne fixăm privirea.







Femeia aceasta e tânără sau bătrână?

Căutați punctele de fixare a privirii ca să obțineți schimbarea obiectului în element al fondului perceptiv.

Selectivitatea în percepție este influențată de mai mulți factori, cum ar fi:

- interesul pentru un lucru sau o persoană atunci când trebuie descoperită în mulțime;
- conturarea specială a unui obiect (prin luminare specială) sau a unei părți dintr-o imagine;
- asigurarea contrastului cromatic dintre obiect și câmpul perceptiv;

- producerea mişcării acelui obiect ce trebuie să devină *obiect al percepţiei* în timp ce toate celelalte rămân neschimbate;
- actualizarea prealabilă a schemei perceptive corespunzătoare acelui obiect sau persoane;
- indicarea verbală prealabilă a unor însuşiri caracteristice.



Construiţi exemple concrete în care să folosiţi fiecare dintre factorii de mai sus sau să ilustreze interacţiunea lor.

Legea selectivităţii poate fi folosită în două feluri: 1) a scoate în evidenţă obiectul ce trebuie în mod deosebit explorat; 2) a elimina acţiunea unora dintre factorii selectivităţii pentru a camufla obiectul.

Legea constanţei perceptive arată că dacă se produc în anumite limite, modificări ale condiţiilor de percepere a obiectelor, imaginile rămân relativ aceleaşi şi omul îşi poate continua nestingherit activitatea. Există trei tipuri de constante perceptive care au mecanisme relativ asemănătoare.

a. *Constanta de mărime* care permite ca, dacă obiectele se depărtează în limita a 23-30m de subiect, ele să îşi păstreze dimensiunile. Mecanismul acestui tip de constantă constă în faptul că micşorarea imaginii retiniene datorită depărtării obiectului este compensată de:

- acomodarea cristalinului;
- modificarea unghiului de convergenţă a globilor oculari;
- experienţa anterioară cu acel obiect.



S-a constatat că această constantă nu funcţionează dacă obiectul se depărtează pe verticală. Încercaţi să găsiţi explicaţii. + de convergență nu se schimbă

b. *Constanta de formă* intră în funcţie când obiectul îşi modifică poziţia faţă de cel ce percepe şi atunci imaginea retiniană se modifică astfel încât o suprafaţă care era văzută din faţă ca un pătrat apare acum ca un romb, iar un cerc se schimbă în oval şi, totuşi, omul se comportă ca şi cum obiectul nu s-ar fi modificat deloc. Mecanismele de compensare ale imaginii retiniene sunt următoarele: 1) modificarea acomodării cristalinului când percepe graniţele apropiate faţă de cele depărtate ale suprafeţelor; 2) schimbarea unghiului de convergenţă oculară; 3) transferul experienţei tactilo-chinestezice cu acel obiect.

c. *Constanta de culoare* se manifestă în condiţiile scăderii luminii din mediul ambiant care face să se treacă de la funcţionarea receptorilor pentru vederea diurnă (conurile) la cei pentru vederea nocturnă (bastonaşele), dar experienţa cu obiectele familiare compensează această modificare şi omul se comportă corespunzător culorii lor obişnuite.

Legea semnificaţiei, ca şi în cazul senzaţiilor, contrazice adesea legea intensităţii. Ceea ce se leagă de trebuinţele, interesele, scopurile, aşteptările omului devine semnificativ şi chiar dacă este mai slab ca intensitate, este bine perceput.



Daţi exemplu de situaţii obişnuite de viaţă în care funcţionează această lege.

Legea proiectivităţii imaginii perceptive acţionează numai în desfăşurarea percepţiilor în contrast total cu ceea ce se întâmplă în optică. Neuro-funcţional, imaginea se realizează la nivel cortical, dar psihologic ea este proiectată la nivelul sursei, adică al obiectului care a determinat-o. Explicaţia acestui miraculos fenomen constă în faptul că informaţia vizuală formează împreună cu cea proprioceptivă (acomodarea cristalinului, modificarea unghiului de convergenţă, a axelor oculare care sunt reglate de distanţa faţă de obiect) un tot unitar. Dacă deranjăm această unitate prin apăsarea uşoară asupra unuia dintre ochi, constatăm o dublare a imaginii, adică apariţia ei este produsă de ochiul agresat alături de cea proiectată corect.

Toate legile la care ne-am referit sunt implicate atât în percepţiile simple ale unor obiecte şi fenomene din ambianţă, cât şi în realizarea celor complexe: spaţiale, de mişcare şi de timp.

2.6. Observaţia şi spiritul de observaţie

În desfăşurarea activităţilor sale zilnice, omul poate realiza percepţii spontane, fugitive, superficiale cu rol informaţional şi reglator limitate (îţi permite să nu te ciocneşti de lucruri), dar mai ales percepţii conştiente, complexe, corecte şi clare integrate în comportamentele sale de mare importanţă. Ele au roluri informaţionale şi reglatorii complexe. Alteori poate desfăşura chiar o activitate specială de percepere a obiectelor şi fenomenelor care a fost numită **observaţie**.

Observaţia este activitatea perceptivă intenţionată, orientată spre un scop, reglată prin cunoştinţe generale, organizată şi condusă sistematic, conştient şi voluntar.

Observaţia este strâns legată de limbaj, gândire, reglaj voluntar. Se realizează de obicei asupra unor obiecte complexe şi în baza unor scopuri semnificative. Se desfăşoară în timp, presupunând mai multe faze, respectând un plan de desfăşurare stabilit anterior, imlpicând control şi reglare, şi finalizându-se cu o serie de concluzii generale.



Pe baza celor notate mai sus stabiliţi principalele cerinţe ale desfăşurării observaţiei privind atracţia gravitaţională a diferitelor obiecte.

Pe baza organizării şi desfăşurării repetate a activităţilor de observaţie, se poate dezvolta spiritul de observaţie.

Spiritul de observaţie este aptitudinea de a sesiza cu uşurinţă, rapiditate şi precizie ceea ce este mai puţin intens, mai ascuns, indistinct, dar semnificativ pentru scopurile omului.

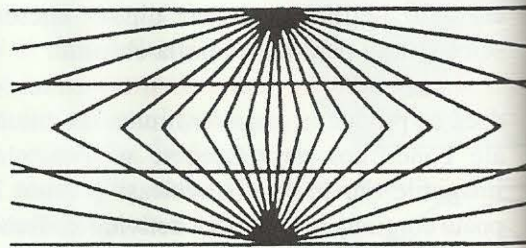


Găsiţi câteva dintre profesiile care cer un spirit de observaţie dezvoltat.
Argumentaţi răspunsul dat.

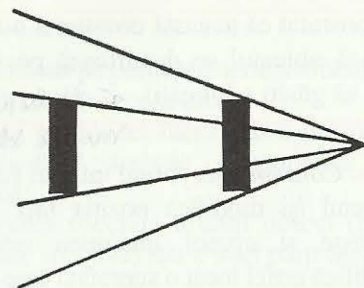
2.7. Iluziile perceptive

În cea mai mare măsură, percepţiile omului reflectă adecvat realitatea şi servesc adaptării lui la ambianţă. Sunt însă, şi unele percepţii care deformează, denaturează unele aspecte ale realităţii, şi acestea au fost numite iluzii perceptive. Iluziile pot exista în sfera tuturor modalităţilor perceptive, dar cele mai cunoscute sunt următoarele categorii:

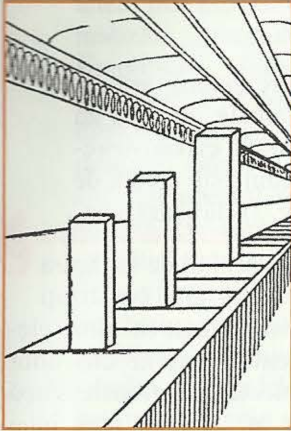
- iluzii optico-geometrice (vezi figurile de mai jos);
- iluzii tactil-chinestezice;
- iluzii de mişcare;
- iluzii optico-chinestezice de greutate.







În explicarea iluziilor se au în vedere efectele de câmp perceptiv, adică unele componente ale acestuia acţionează concomitent cu informaţiile ce vin de la *obiectul perceput* şi produc la nivel cortical procese inductive pozitive şi negative care distorsionează informaţia de bază. De exemplu, în imaginea alăturată cei trei piloni au aceeaşi înălţime. Elementele de câmp fac însă ca pilonii să fie consideraţi de înălţimi diferite.



Iluziile optico-chinestezice sunt bine ilustrate de următoarea situaţie. Subiecţilor li se prezintă două valize de aceeaşi greutate, însă una are dimensiuni mai mici şi cealaltă mai mari. Cei care au participat la experiment au spus că prima este mai grea şi cealaltă mai uşoară.

Cea mai cunoscută iluzie a mişcării este cea trăită de foarte multă lume aflată într-un tren alături de altul. Acesta din urmă pleacă, iar pasagerul are impresia că a plecat trenul lui. Lipsa reperelor creează iluzia mişcării sau, în acest caz, a nemişcării. Iluziile îşi găsesc aplicaţii în scenografie şi cinematografie.

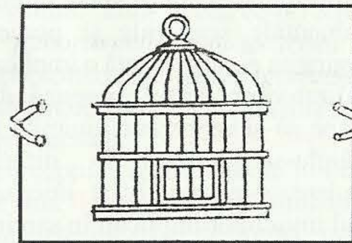


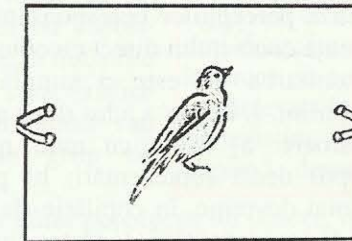
Daţi exemple de folosire a iluziilor optico-geometrice în artă.

APLICAŢII

1. Copiaţi cele două desene alăturate pe un carton cu dimensiunile de 2,5 cm pe 4 cm, unul pe o faţă, altul pe altă faţă. Fixaţi pe laturile mici ale cartonului câte o sârmă. Apoi rotiţi cartonul din ce în ce mai repede.

Observaţi şi explicaţi ce se întâmplă.





2. Percepeţi mai întâi un pix contemplându-l, apoi acţionaţi asupra lui.

Comparaţi cele două feluri de imagini perceptive pe care le obţineţi.

3. Alegeţi trei litere mari de tipar ale alfabetului şi încercaţi să identificaţi punctele ce transmit cea mai mare cantitate de informaţii şi care sunt primele explorate.

4. Priviţi cu atenţie figura alăturată şi descoperiţi chipul dresorului acestui tigru.

Descrieţi apoi felul în care aţi explorat perceptiv figura şi care au fost reperele care v-au ghidat.





3. Reprezentări

Informaţiile perceptive care servesc direct la organizarea conduitei omului nu dispar fără urmă. Ele mai persistă un interval scurt de timp (de la câteva sutimi la o secundă) şi apoi intră într-o nouă procesare specifică procesului reprezentării.

3.1. Reprezentarea ca proces senzorial

Reprezentarea se defineşte ca proces cognitiv-senzorial de semnalizare în forma unor imagini unitare, dar schematice, a însuşirilor concrete şi caracteristice ale obiectelor şi fenomenelor în absenţa acţiunii directe a acestora asupra analizatorilor.

Reprezentarea are ca surse informaţionale fundamentale senzaţiile şi percepţiile. În desfăşurarea ei, se constată o implicare latentă a analizatorilor. Astfel, propunându-se unor persoane să-şi reprezinte anumite mişcări şi aplicându-se senzori în diferite zone musculare, s-au înregistrat micromişcări la nivelul muşchilor implicaţi în sarcina dată.

Calitatea reprezentărilor este condiţionată de cea a percepţiilor corespunzătoare şi de frecvenţa contactului direct cu obiectele. Dar reprezentarea nu este o simplă sumă a percepţiilor. J. Piaget a adus două argumente hotărâtoare: a) avem cu mult mai multe percepţii decât reprezentări; b) percepţiile apar mai devreme, în copilărie (la 2-3 luni) faţă de reprezentări (acestea apar după împlinirea primului an de viaţă). Procesul reprezentării este mult mai complex în comparaţie cu cel perceptiv.

În procesul de elaborare a imaginii reprezentării, un rol foarte mare îl are relaţia activă cu obiectele corespunzătoare acesteia care sunt implicate într-o activitate importantă pentru om. Scopurile activităţii şi însăşi desfăşurarea ei vor contribui la reliefarea specială a unor însuşiri şi le vor da semnificaţii deosebite. Acestea vor intra obligatoriu în conţinutul imaginii reprezentării.

Specific procesului reprezentării este şi implicarea mecanismelor verbale. Acestea au următoarele roluri: 1) cuvântul evocă reprezentarea deja formată aşa cum este cerută de sarcini cognitive şi practici; 2) dirijează construirea unei imagini noi mai bogate sau mai schematice, mai fidelă obiectului sau mai îndepărtată; 3) asigură înlănţuirea şi organizarea unei serii întregi de imagini; 4) este instrument de transformare a imaginilor; 5) intregrează produsele reprezentării în gândire şi imaginaţie.

Pornind de la figura de mai jos, construiţi prin adăugarea altor elemente imagini ale unor obiecte funcţionale după ce aţi stabilit mai întâi verbal care vor fi acestea. Comparţi-le.



Procesul reprezentării se sprijină mult pe memorie, dar cele două procese nu se identifică. Memoria conservă informaţia percepută, şi apoi o pune la dispoziţia reprezentării. Rezultatele procesului constructiv al reprezentării sunt conservate de memorie. Dar memoria nu construieşte ea însăşi imagini. Calitatea ei cea mai importantă este fidelitatea şi nu transformarea imaginilor şi ideilor.

Reprezentarea ca proces este constructivă şi reconstructivă pentru că poate face să apară în plan intern mintal, pornind de la diverse elemente semnalizate de percepţie, o imagine unitară şi apoi o poate modifica aşa cum o cere desfăşurarea activităţii mentale şi practice. Apariţia reprezentărilor şi manifestarea lor la niveluri calitative din ce în ce mai înalte presupun strânse interacţiuni cu nivelul mintal general, cu inteligenţa şi operativitatea gândirii şi de aceea se atinge un grad avansat de generalitate, aşa cum sunt schemele figurative ale unor dispozitive tehnice sau aşa numitele concepte figurale din geometrie.

Gândiţi-vă la silueta umană şi faceţi mai multe desene pornind de la unul detaliat către altele din ce în ce mai generalizate şi schematizate. Comentaţi rezultatele.

Procesarea informațională realizată în procesul reprezentării implică atât analize și sinteze senzoriale ca cele ale percepției, cât și altele mai complexe, cum ar fi selecții, schematizări, accentuări, estompări, condensări, simplificări, eliminări, dar și generalizări și regrupări ce se apropie de gândire. Rezultând dintr-un proces complex de reconstrucție mintală, înseși imaginile dobândesc un caracter operant specific în sensul că se pot integra cu ușurință în diverse desfășurări cognitive, jucând astfel un rol mult mai mare în activitatea mintală a omului. Zonele cerebrale, unde au loc toate aceste prelucrări au fost puse în evidență prin înregistrări EEG, tehnica potențialelor evocate, variația locală a debitului sanguin etc.





Priviți figura alăturată și apoi construiți o reprezentare exprimată într-un desen. Comentați diferențele dintre desenul ce exprimă reprezentarea și fotografia care este similară percepției.

Prin urmare, dacă reprezentările se aseamănă sub raportul conținutului cu percepțiile, din punctul de vedere a procesului de producere, ele se apropie de gândire. În procesul reprezentării, se împletesc analiza și sinteza senzorială care urmează coordonatele acțiunii directe cu obiectele, cu operațiile intelectuale și cu funcția reglatoare a cuvântului. Reprezentarea are astfel o dublă natură: una **intuitiv-figurativă** și alta **operațional-intelectivă** și de aceea face trecerea la procesele cognitive superioare.

3.2. Însușirile reprezentărilor

Au fost autori care au considerat reprezentarea doar ca o simplă urmă a percepției și au caracterizat-o ca fiind slabă, fragmentară, instabilă. Psihologia contemporană consideră reprezentarea ca pe o verigă importantă în procesul unitar și ascendent al cunoașterii umane și de aceea îi subliniază calitățile superioare față de percepție. Deși apare în absența obiectelor și are o intensitate mai slabă în comparație cu percepția, însușirile importante sunt mai accentuate în reprezentare. De exemplu, reprezentarea unui arbore este mai ștearsă decât percepția lui, dar cuprinde în mod accentuat toate componentele semnificative: rădăcina, tulpina, coroana. Strâns legat de această particularitate este faptul că reprezentarea este o **imagine panoramică,** adică ea reconstituie în plan mintal și apoi redă integral și simultan toate informațiile despre obiect, în timp ce percepția cuprinde numai acele însușiri care pot fi percepute din poziția pe care o avem față de acel obiect (numai ceea ce se poate vedea). Reprezentarea unui motor cu ardere internă conține toate elementele structurale și toate corelațiile funcționale. Dacă același motor ar fi perceput, nimic din structura lui internă nu ar putea fi surprins. Dacă aceeași informație ar fi transmisă prin cuvinte, ar trebui să relatăm succesiv despre fiecare componentă și fiecare legătură. Fără *imaginea panoramică* dată de reprezentare, ar fi greu să înțelegem funcționarea acestuia.



Faceți o siluetă umană care să redea ceea ce percepeți și o alta care să redea ceea ce vă puteți reprezenta.
Comentați rezultatele.

Ca și percepțiile, reprezentările în cea mai mare parte sunt **figurative,** adică simbolizează însușiri concrete intuitive de formă, mărime, culoare. Numai că reprezentarea nu cuprinde detaliile, ci însușirile intuitive, caracteristice pentru un obiect sau pentru un grup de obiecte.



Priviți o carte. Apoi dați deoparte cartea și încercați să o desenați.
Relevați însușirile caracteristice pe care le cuprinde desenul vostru.

Atunci când percepem un obiect, recepționăm și ceea ce constituie câmpul perceptiv, adică tot ceea ce îl înconjoară într-un anumit moment și loc. În reprezentare, imaginea este desprinsă de contextul spațio-temporal în care obiectul a fost perceput. Această detașare de câmp poate fi totală și reprezentarea poate fi transpusă mintal în alte contexte fără ca acest lucru să perturbe cunoașterea. Aceste schimbări sunt însoțite de conștiința absenței obiectului și de reflectarea **trecutului ca trecut.**

De asemenea, dacă în percepție un obiect este reflectat cu toate nuanțele sale cro-

matice, în reprezentare acestea se reduc la culorile fundamentale şi acest fapt exprimă un nivel mai ridicat de generalizare intuitivă.

Dar dacă activitatea desfăşurată cum este cea a pictorului cere să fie evocate variantele cromatice, acest lucru poate fi realizat prin procesul reconstructiv al reprezentării.

Reprezentările generale au o mai mare libertate faţă de schema structurală a obiectului individual, putând-o modifica în funcţie de cerinţele cunoaşterii şi practicii. De exemplu, reprezentarea unei clădiri, când ea este doar un reper rutier, poate fi foarte schematică, un simplu paralelipiped, dar dacă se cere să fie redată funcţionalitatea ei, atunci apar însuşiri structurale caracteristice.

De fapt, toate calităţile imaginii reprezentării pun în evidenţă **nivelul mai înalt de generalizare** pe care ea îl atinge. Este vorba despre o generalizare intuitivă (schematizare), dar superioară celei perceptive pentru că este susţinută de operativitatea gândirii şi de semnificanţii verbali implicaţi în desfăşurarea acestui proces psihic. Reţinând cu deosebire însuşirile configurative caracteristice pentru o grupă de obiecte pe care le poate înlocui în plan mintal, reprezentarea este un *simbol generalizat*. Ea pregăteşte astfel, generalizarea conceptuală pe care o va realiza gândirea, dar nu se confundă cu aceasta.

3.3. Clasificarea reprezentărilor

Omul dispune de o mare varietate de reprezentări pe care le-a clasificat după mai multe criterii, dar mai ales după: a) analizatorul dominant în producerea lor; b) gradul de generalizare; c) nivelul operativităţii mentale implicate în generarea lor.

După *analizatorul dominant,* există următoarele feluri de reprezentări:

• **Reprezentări vizuale** care sunt cele mai numeroase în experienţa fiecăruia şi prezintă cele mai multe dintre caracteristicile analizate anterior. Prin urmare, ele sunt configurative, detaşate de fond şi proiectate pe un ecran mintal uniform, degajate de detalii cromatice. De cele mai multe ori, reprezentările vizuale sunt bidimensionale. Cele tridimensionale (ale corpurilor) sunt mai greu de realizat şi necesită o dotare mai specială şi exerciţiu îndelungat. Ele sunt cerute în foarte multe activităţi umane.

> Care credeţi că sunt disciplinele şcolare care cer mai multe reprezentări vizuale? fizica
>
> Care sunt profesiile care cer capacităţi foarte bune de reprezentare vizuală? arhitectura

• **Reprezentările auditive** reproduc atât zgomote, cât şi sunete muzicale şi verbale şi structuri melodice şi verbale. O melodie este reprezentată nu în detaliu, ci sub aspectul ritmului, al variaţiei de intonaţie, al vârfurilor de înălţime. Reprezentările verbale redau ritmuri, intensităţi, particularităţi fonetice. În general, reprezentările auditive tind să reducă succesivitatea specifică perceperii sunetelor la simultaneitate. Reprezentările verbale sunt deosebit de utile în procesul însuşirii limbilor străine. Modelul pronunţiei, al accentuării păstrate în reprezentare reglează vorbirea în curs de desfăşurare. Cele melodice au un rol asemănător în munca dirijorilor şi compozitorilor.

> Reprezentaţi un mic discurs verbal în limba maghiară şi în limba italiană şi comparaţi-le după ritm, variaţia intonaţiei, vârfurile de înălţime sau accent.

• **Reprezentările chinestezice** sunt imagini mentale ale propriilor mişcări. În timpul desfăşurării lor, se produc micro-mişcări în grupurile de muşchi corespunzătoare. Acestea sunt actele ideomotorii care pregătesc desfăşurarea viitoarei mişcări. Pe baza lor se poate face chiar un antrenament în reprezentare, înaintea celui efectiv. S-au constatat rezultate pozitive la cei ce au folosit şi un antrenament ideomotor.

După *gradul de generalitate* s-au stabilit următoarele categorii de reprezentări:

• **Reprezentările individuale** sunt cele ale obiectelor, fiinţelor, fenomenelor reale şi care au o anumită semnificaţie pentru persoană. Astfel, fiecare păstrează în minte reprezentarea casei părinteşti, a şcolii, a părinţilor şi profesorilor, prietenilor şi rudelor etc. Reprezentările de acest fel cuprind multe

detalii, iar însuşirile caracteristice nu se detaşază uşor şi evident, deşi şi ele au un oarecare grad de generalizare.



Reprezentaţi-vă casa în care locuiţi şi scrieţi tot ceea ce apare în imaginea mentală a acesteia; reprezentaţi-vă şi o casă în general şi scrieţi ce anume vă apare în minte.

Comparaţi apoi, numărul şi calităţile însuşirilor notate.

• **Reprezentările generale** cuprind în structura lor însuşirile comune şi caracteristice pentru o întreagă clasă de obiecte şi de aceea orice nou exemplar cu care ne-am întâlnit este recunoscut ca aparţinând aceluiaşi grup. Cele mai generale reprezentări sunt cele geometrice care au fost chiar numite concepte figurale. Aceste categorii de reprezentări au cea mai mare importanţă pentru formarea conceptelor.

După *nivelul operativităţii*, reprezentările sunt reproductive şi anticipative. Savantul elveţian Jean Piaget şi colaboratorii săi le-au cercetat în legătură cu parcurgerea stadiilor de dezvoltare a inteligenţei.

Imaginile reproductive evocă obiecte sau fenomene percepute anterior. Ele însă pot fi: mai simple, aşa cum sunt cele care au fost numite statice (reflectă obiectele în nemişcare); mai complexe, presupunând o anumită dezvoltare a gândirii, sunt: cinetice (de exemplu, reflectă rostogolirea unei bile) şi de transformare (de exemplu, reflectă fazele prin care se trece de la un arc de cerc la linia dreaptă). Acestea mai complexe apar după 7-8 ani.

Imaginile anticipative se referă la mişcări sau transformări care nu au fost niciodată percepute. Ele sunt rezultatul procesului constructiv al reprezentării la care participă obligatoriu operaţiile gândirii şi procedeele imaginaţiei. Ele apar tot după 7-8 ani. Sunt foarte importante în însuşirea unor cunoştinţe complexe. Apariţia lor poate fi ajutată de folosirea unor modele, cum ar fi cel al transmiterii influxului nervos reprezentat printr-un spot luminos sau modelul mişcării plăcilor tectonice etc.



Daţi exemple de 2-3 teme de învăţare în care sunt cerute imaginile anticipative de mişcare şi transformare.

3.4. Rolul reprezentărilor în activitatea mentală

Cele mai importante roluri ale reprezentărilor în activitatea mentală şi practică sunt:

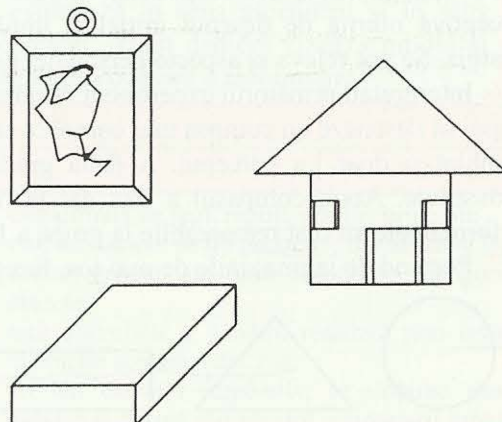
1. Reprezentările readuc în minte imaginile obiectelor şi fenomenelor care nu mai sunt percepute, permiţând gândirii să prelucreze în mod complex o multitudine de date ale experienţei anterioare. Ele sunt deci, simboluri figurative ale obiectelor şi fenomenelor absente.

2. Datorită însuşirilor lor de a fi configurative şi panoramice, reprezentările sunt un sprijin necesar în construirea sensului cuvintelor noi. De aceea dicţionarele enciclopedice definesc cuvintele, dar adesea adaugă şi imagini care aduc informaţii ce nu pot fi redate prin cuvinte.

3. Cuprinzând în structura lor însuşiri comune şi caracteristice, reprezentările pregătesc şi uşurează generalizările din gândire. De exemplu, formarea noţiunii de dreptunghi la şcolarii mici porneşte, de obicei, de la identificarea în mediul înconjurător a suprafeţelor cu astfel de forme şi numai după ce percepţiile repetate şi dirijate verbal au dus la formarea reprezentării, se poate trece la însuşirea noţiunii. Generalizările din reprezentare nu sunt încă însuşiri esenţiale (aşa cum sunt cele care intră în structura noţiunii), dar reprezintă un pas important pentru trecerea la noţiuni.



Aşezaţi în ordinea creşterii generalizării şi eliminării detaliilor următoarele figuri:



4. În multe activităţi ale gândirii, reprezentările constituie un punct de plecare şi suport intuitiv pentru desfăşurarea şirului de raţionamente în vederea rezolvării unor probleme. Astfel, se ştie că pentru multe probleme de geometrie, construirea figurii cerute înseamnă aproape jumătate din rezolvarea ei. Gândirea tehnică este menţinută şi favorizată de capacitatea de a avea reprezentări dinamice şi este ţinută pe loc de imagini statice.

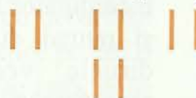
5. De multe ori prin activitatea gândirii se ajunge la unele generalizări, iar verificarea logică a acestora poate fi anticipată prin aplicarea la situaţii reprezentate.

6. Reprezentările pot fi componente importante ale procesului de imaginaţie atât în forma ei reproductivă, cât şi creatoare. Actele imaginative constau în combinarea şi recombinarea imaginilor din experienţa anterioară. De aceea nivelul de dezvoltare a reprezentărilor, bogăţia şi varietatea lor sunt o condiţie fundamentală pentru imaginaţie şi pentru activitatea mentală în general.

7. Ca şi alte procese psihice, reprezentarea contribuie la reglarea mişcărilor şi acţiunilor omului. De exemplu, un conducător auto care şi-a format reprezentarea unui traseu va manevra cu siguranţă maşina anticipând direcţiile acelei rute.

APLICAŢII

1. Comparaţi procesul percepţiei cu cel al reprezentării.
2. Confruntaţi imaginea perceptivă cu cea a reprezentării.
3. Arătaţi în ce fel şi în cazul căror reprezentări mai generale se păstrează configurativitatea.
4. Precizaţi ce avantaje reprezintă pentru cunoaştere caracterul panoramic al reprezentării.
5. Profesorul va desena pe tablă, în trei exemplare, unele sub altele următorul desen:

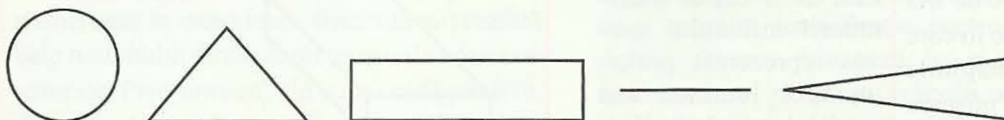


Va cere elevilor să-l reproducă la fel pe caietele lor. Va propune apoi adăugarea de noi elemente pentru a satisface următoarele cerinţe formulate verbal. Le va comunica pe rând fiecare cerinţă elevilor şi va aştepta până când toţi vor îndeplini sarcina şi vor trece la următoarea:

a) adăugaţi noi elemente ca să se obţină o secţiune într-un tunel de cale ferată;
b) porniţi de la ce este dat şi desenaţi o pălărie;
c) adăugaţi noi elemente ca să se obţină o faţă umană;
d) modificaţi elementele date, astfel încât să obţineţi desena un arbore.

Pe baza a două, trei răspunsuri ale elevilor, se analizează relaţia dintre informaţia perceptivă oferită de desenul iniţial şi implicarea comenzilor verbale în transformarea acestuia. Se pot releva şi aspecte personale, particulare în rezolvarea sarcinilor.

6. Interpretaţi următorul experiment. Studenţilor din două grupuri li s-a cerut să perceapă şi apoi să deseneze un compas mai complex cu dispozitive reglabile. Prima grupă l-a primit asamblat şi doar l-a perceput. A doua grupă l-a primit dezasamblat şi i s-a cerut să-l reconstituie. Apoi, compasul a fost dat la o parte şi tuturor li s-a cerut să-l deseneze. Performanţele au fost remarcabile la grupa a II-a. De ce?
7. Pornind de la imaginile de mai jos, faceţi cât mai multe combinaţii cu sens.



4. Gândirea

Cunoașterea lumii este un proces complex și laborios pe care omul îl realizează folosindu-se de o serie de instrumente psihice cum sunt: senzațiile, percepțiile, reprezentările, gândirea, memoria sau imaginația.

4.1. Gândirea ca proces cognitiv superior

În procesele senzoriale de cunoaștere, luăm act de aspectele concrete, intuitive, accesibile simțurilor. Sunt însușiri ce privesc forma, mărimea, culoarea, gustul, mirosul, volumul, distanțele ș.a.m.d. Aceste însușiri sunt constatate și prelucrate „pe loc" în timp real, aici și acum, și ne oferă o imagine asupra modului cum apar obiectele, fenomenele din jurul nostru. Sunt *însușiri aparente,* de suprafață. Să luăm, de exemplu, un măr: el poate fi mai mare, mai mic, roșu, verde, galben, apoi poate avea un miez mai dulce sau acrișor, zemos sau făinos; toate acestea sunt însușiri obiective, dar aparente. În schimb, ceea ce este constant, comun, general valabil pentru oricare măr este sâmburele, el este „esența". Pentru a ajunge la *esență* trebuie să dăm la o parte ceea ce este aparent, conjunctural, contextual. Așadar, *însușirile esențiale sunt „ascunse", invizibile, impalpabile, nu sunt accesibile direct simțurilor noastre.* Spre exemplu, nu pot să percep fotosinteza oricât m-aș uita la plante pentru că este o trăsătură esențială, comună tuturor plantelor și am acces la aceste însușiri esențiale prin cunoaștere abstractă, adică prin însușirea unor cunoștințe în procesul de învățare, modelare socio-culturală.


Dacă un zar are 6 fețe, cât cântăresc două zaruri?!

Gândirea înglobează datele cunoașterii perceptive, imaginile din reprezentare, le valorifică, dar în desfășurarea ei se poate dispensa de raporturile perceptive directe. Sugestiv este modul în care descriem comportamentul cognitiv. În mod obișnuit, reușim să ne dăm seama dacă un om este vesel, trist, dacă este atent, dacă-i este frig sau cald, dacă este dezgustat sau încântat. În schimb, ne este destul de dificil să spunem dacă cineva se gândește și mai ales la ce se gândește. Se întâmplă adesea să fim intrigați de o anumită postură, atitudine a celor din jurul nostru și să-i întrebăm „ce faci?" pentru a ni se răspunde „mă gândeam la ...", denumind astfel obiectul reflexiei; „mă gândesc să ...", denumind o intenție, o acțiune ce urmează s-o întreprindă; sau „gândesc că ...", avansând o ipoteză, o evaluare.

Gândirea este procesul psihic care se desfășoară într-un plan mintal, intern, subiectiv, uzând de judecăți, raționamente, operații cognitive cu ajutorul cărora realizează o procesare profundă a realității.

• Caracterul procesual al gândirii

Demersurile gândirii se desfășoară – conform psihologiei cognitive – cu grade mari de libertate pe verticala cunoașterii și pe axa timpului. Pe verticala cunoașterii, gândirea evoluează în sens ascendent și în sens descendent. Acest demers vizează modul și nivelul de procesare a informației.

Procesarea	
ascendentă	**descendentă**
• este dirijată de datele observației, de experiențele individului inclusiv cele perceptive, de imaginile mintale acumulate în timp; • este un demers de tip inductiv, de la particular la general, de la fapte și date concrete spre generalizări tot mai cuprinzătoare; • este modul natural de evoluție a gândirii umane; • este o cunoaștere bazată pe informațiile obținute prin procesele senzorial-perceptive și prin reprezentări.	• este dirijată de legi, reguli, norme, principii; • este un demers de tip deductiv: din anumite legi se deduc atribute ale unor fenomene, categorii de obiecte; • este o evoluție a gândirii realizată prin învățare, instrucție școlară, educație; • are un caracter imperativ, se impune gândirii noastre și derivă din nivelul cunoașterii umane la un moment dat.



1. Arătaţi cum, pornind de la o varietate de fenomene naturale, se ajunge pe cale ascendentă de la cele patru anotimpuri la conceptul general de anotimp.

2. Arătaţi cum, pornind de la conceptul integrator de „proces psihic", ajungem la ordonarea proceselor psihice în funcţie de caracteristicile lor comune.

Cele două demersuri ale gândirii pe verticala cunoaşterii sunt complementare şi stau la baza constituirii şi achiziţionării conceptelor, a noţiunilor.

Procesualitatea, caracterul discursiv al gândirii rezultă şi din *desfăşurarea ei temporală* ceea ce sugerează gradele mari de libertate de care se bucură acest proces. *Pe axa timpului gândirea se desfăşoară între trecut, prezent şi viitor.* Dacă percepţia se desfăşoară în prezent, aici şi acum, gândirea investighează trecutul, experienţa şi cunoştinţele stocate de memorie sau reprezentări, le prelucrează şi le combină în raport cu cerinţele prezentului şi explorează viitorul pentru a emite predicţii şi previziuni (Paul Popescu-Neveanu). Rezultă că cea mai mare parte din conţinuturile, datele cu care operează gândirea sunt extrase din memorie.

Din acest motiv, psihologii cognitivişti definesc gândirea ca o organizare şi manipulare a reprezentărilor interne sau a informaţiilor şi cunoştinţelor stocate în memorie, în vederea înţelegerii unei situaţii şi a creării unor noi informaţii.

• Caracterul mijlocit al gândirii

După cum rezultă din analiza modului în care gândirea prelucrează informaţiile din realitate, procesarea este mijlocită, mediată şi nu directă. În procesarea directă, dirijată de date empirice, *gândirea este mijlocită prin experienţa perceptivă, prin imaginile din reprezentare, iar toate aceste date sunt stocate în memorie şi vehiculate cu ajutorul limbajului.* De obicei, în procesarea ascendentă limbajul natural, cotidian este mijlocul cel mai des folosit. Experienţele, imaginile sunt vehiculate în termenii limbajului cotidian.

În schimb, în procesarea descendentă, indirectă, dirijată de reguli, norme, legi, caracterul mijlocit al gândirii este asigurat prin cunoştinţele acumulate la un moment dat, prin informaţiile acumulate în lucrările ştiinţifice. Limbajul este instrumentul fundamental care permite vehicularea, coordonarea acestor informaţii. Este un limbaj riguros al definiţiilor, al legilor, sunt formulări precise, clare, care nu lasă loc de dubii. Se folosesc intens limbajele de specialitate proprii variatelor domenii ale cunoaşterii: al matematicii, al ştiinţelor naturii, al ştiinţelor socio-umane, al informaticii ş.a.m.d.

• Caracterul abstract-formal al gândirii

Dacă luăm drept exemplu fraza: „Să facem abstracţie de ceea ce se întâmplă în jurul nostru şi să ne concentrăm asupra problemei", rezultă faptul că gândirea se desfăşoară într-un plan mintal, intern, subiectiv. Ea „lasă de o parte", „face abstracţie" de restul şi se focalizează asupra unui proces mintal. Dar aceasta este doar o faţetă a caracterului abstract al gândirii. Cealaltă faţetă rezultă din faptul că *gândirea extrage şi utilizează însuşiri esenţiale tot mai „sărace" în conţinut, dar cu un grad tot mai ridicat de generalizare. Selectivitatea constituie o trăsătură fundamentală a proceselor de cunoaştere.*

În gândire, selectivitatea operează în baza operaţiei de abstractizare ceea ce permite surprinderea unor însuşiri esenţiale, necesare, a unor invarianţi cognitivi. Aceste trăsături pot fi generalizate la o întreagă categorie de obiecte, fenomene, situaţii sau evenimente.

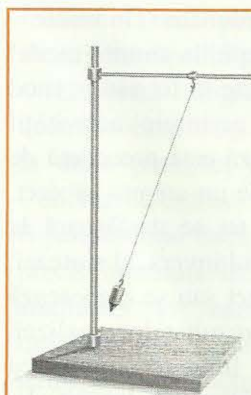
Caracterul abstract este legat de cel formal. Savantul elveţian J. Piaget denumeşte ultima etapă de dezvoltare a inteligenţei ca stadiu al

inteligenței formale. Limbajul cotidian ne ajută foarte bine să înțelegem acest termen. Astfel, când spunem despre cineva că se poartă formal sau că este formal sau că se formalizează, atunci înseamnă că acea persoană se ghidează după reguli, norme stricte, că nu-și îngăduie să se abată de la ele și pretinde acest lucru și celor din jurul său. Într-adevăr, *gândirea se ghidează după reguli și norme ale logicii, este o gândire propozițională care utilizează „propoziții", adică judecăți ipotetico-deductive, avansează ipoteze pe care încearcă să le verifice.* Este o gândire probabilistă care ia decizii în baza evaluării alternativelor echiprobabile. O altă accepțiune a termenului de formal ține de aparență, de acea particularitate a gândirii de a se desfășura într-un plan mintal, ascuns, invizibil și inaccesibil. Formal (după reguli), sunt în clasă și „privesc atent" profesorul care explică. În realitate, „gândul zboară", mă gândesc la altceva sau – prin asociație – la ceva sugerat de explicațiile profesorului.

Toate aceste trăsături sugerează profunzimea procesării cognitive, gradul ridicat de autonomie mintală, de libertate a gândirii în plan temporal, nivelul maximal de selectivitate în raport cu însușirile lumii și vieții. Este un demers abstract, formal, multiplu mijlocit.

• Caracterul finalist al gândirii.

Dar care este scopul, finalitatea gândirii ca proces de cunoaștere? Este oare suficient să spunem că gândirea are drept finalitate cunoașterea lumii? Ar fi un răspuns mult prea general. Afirmând că scopul gândirii este surprinderea însușirilor esențiale sună cam abstract. Până la urmă: *de ce gândim? În mod sigur pentru că trebuie să găsim soluții la problemele cu care ne confruntăm.* Cu alte cuvinte, demersurile noastre au finalitate, un scop bine definit: elaborarea unui model mintal, a unor explicații și a unor răspunsuri cu privire la implicațiile, consecințele situațiilor problematice.



Ce face un pendul să se miște mai repede sau mai încet?

a. greutatea;

b. lungimea sforii de care este agățat;

c. rapiditatea balansării.

Pornind de la cele de mai sus, oferim o definiție completă a gândirii.

Gândirea este procesul cognitiv superior de procesare a însușirilor esențiale, necesare și legice cu ajutorul unor operații abstract-formale în vederea înțelegerii, explicării și predicției unor relații cauzale din realitate și a elaborării unor concepte, noțiuni, teorii, sisteme cognitive, ca modele mintale ale realității.

4.2. Gândirea ca sistem de operații

Gândirea este procesul psihic care dispune de cel mai vast sistem de operații. Superioritatea și poziția unui proces psihic în ansamblul vieții psihice a omului este dată de sistemele operatorii de care dispune.

Psihologia studiază operațiile gândirii ca instrumente psihice dobândite și perfecționate prin dezvoltarea intelectuală, prin învățare și exercițiu. Operațiile gândirii acționează în cupluri operatorii ce se completează reciproc: analiza și sinteza, abstractizarea și generalizarea, inducția și deducția.

• Analiza și sinteza rațională își au originile și sunt precedate de analiza și sinteza perceptivă care se desfășoară într-un plan concret-intuitiv, asupra unor obiecte și situații concrete. În schimb, analiza și sinteza de tip logic, rațional se desfășoară într-un plan mintal, după un model, și sunt mediate prin cuvânt și alte sisteme de semne și simboluri. Prin analiza însușirilor esențiale ale unui obiect sau ale unei clase de obiecte,

acestea sunt separate, ordonate – în minte – după anumite criterii, după un anumit model şi sunt sintetizate, refăcute la fel sau în mod diferit, în funcţie de cerinţele activităţii intelectuale. Orice analiză este precedată de un demers anticipativ, de un anumit proiect, schemă de lucru, deci nu se desfăşoară la voia întâmplării. În sensul invers, al sintezei, se menţine acelaşi proiect sau se elaborează unul nou ca urmare a rezultatelor analizei. Sinteza se defineşte ca fiind recompunerea mintală a obiectului din însuşirile lui iniţiale.

Finalitatea operaţiilor de analiză şi sinteză este elaborarea unui model mintal al obiectului supus analizei; este un model informaţional, o replică internă proprie subiectului cunoscător.

Comparaţia presupune raportarea la unul sau mai multe criterii. Şi această operaţie îşi are originea în comparaţia după criterii perceptive de culoare, formă, mărime, contrast etc. *Comparaţia implică evidenţierea asemănărilor şi deosebirilor esenţiale* dintre minimum două obiecte, persoane, evenimente, situaţii, fenomene după minimum un criteriu comun. Comparaţia poate interveni şi între minimum două ipostaze ale aceluiaşi obiect, persoană etc., după minimum un criteriu comun. Dacă în plan perceptiv, comparaţia se impune deseori de la sine prin pregnanţa unor însuşiri sau a unor contraste, *în plan raţional comparaţia se desfăşoară după un plan* şi are o anumită finalitate. Finalitatea nu este doar constatativă, cel mai adesea este subordonată necesităţii evidenţierii unor raporturi de superioritate-inferioritate, unor poziţii ierarhice într-un sistem de referinţă. Comparaţia se foloseşte de argumentaţia de tipul „dacă ... atunci..." menită să pună în evidenţă o anumită calitate, o anumită poziţie ş.a.m.d.



Comparaţi pictura cu fotografia, ca forme de arte vizuale.

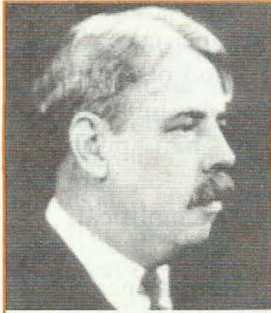
Operaţiile de analiză, sinteză şi comparaţie constituie instrumente mintale importante mai ales în procesarea ascendentă, dirijată de date. Acest lucru se datorează tipului de informaţii vehiculate. Sunt cunoştinţe, însuşiri, experienţe, cu un grad mai redus de generalitate care se pretează cel mai bine unor operaţii analitico-sintetice şi de comparaţie.

• **Abstractizarea şi generalizarea** constituie operaţiile cele mai complexe ale gândirii şi au un caracter formal, se desfăşoară exclusiv în plan mintal, sunt tipice pentru procesarea de tip ascendent. În plan ontogenetic, sunt precedate şi anticipate de schematizarea şi generalizarea concret-intuitivă de la nivelul reprezentării. În reprezentare sunt selectate, conservate şi redate însuşiri din ce în ce mai puţine, mai schematice, dar comune pentru o grupare tot mai largă de obiecte-fenomene. *În gândire selectivitatea este maximală prin abstractizare, iar generalizarea se referă la clase, categorii foarte largi de obiecte-fenomene.*

Abstractizarea este operaţia de extragere a unor *însuşiri esenţiale,* a unor *invarianţi cognitivi,* însuşiri comune pentru o întreagă clasă, categorie. Operaţia de abstractizare exprimă simultan două sensuri: pe de o parte se extrage ceva esenţial, iar pe de altă parte se renunţă la tot ceea ce este nerelevant, accidental, contextual sau conjunctural. Abstractizarea avansează în profunzime aşa cum căutătorul de diamante sapă şi dă la o parte pământul până ajunge la diamant (esenţă). Mai mult decât atât, limbajul (omul care gândeşte) şlefuieşte diamantul brut şi ajunge la formele pure ale esenţei.

Generalizarea este operaţia prin care însuşirile extrase cu ajutorul abstractizării sunt extinse la o întreagă clasă de obiecte-fenomene. Abstractizarea şi generalizarea operează simultan astfel încât, pe măsură ce sunt relevate însuşirile esenţiale, acestea sunt extinse la categorii din ce în ce mai largi. Abstractizarea şi generalizarea prezintă grade variate de profunzime şi expansiune în funcţie de evoluţia cunoaşterii umane. Rezultatele abstractizării şi generalizării sunt cuprinse în

legi care pun în evidenţă relaţii cauzale cu o sferă cât mai largă de cuprindere. Astfel, se ajunge la teorii şi modele explicative asupra unor aspecte ale realităţii. O teorie bună conţine un număr redus de afirmaţii şi acoperă un număr mare de situaţii. Spre exemplu, legea gravitaţiei universale este foarte concisă şi se referă la toate obiectele atrase de pământ. Sau, în psihologie, *legea efectului*, descoperită de savantul american Thorndike (vezi figura alăturată), spune că o acţiune urmată de succes tinde să se consolideze, iar dacă este urmată de eşec tinde să fie abandonată.


E. Thorndike, 1874-1949

• **Inducţia şi deducţia** sunt operaţiile care descriu cel mai bine evoluţia gândirii pe verticala cunoaşterii. J. Piaget arată că **inducţia** organizează datele observaţiei sau experienţei şi le clasează sub formă de concepte. Inducţia este suportul logic al procesării ascendente care porneşte de la baza de date, experienţe concret-intuitive şi imagini mintale. Inducţia are un caracter profund intuitiv, se extrag relaţii simple ce grupează o clasă de obiecte după criterii observabile empiric.

Raţionamentul inductiv surprinde regularitatea şi facilitează extragerea şi formularea unei concluzii generale dintr-o multitudine de cazuri particulare. Limita acestui tip de raţionament constă în faptul că nu sunt utilizate cât mai multe cazuri specifice şi cât mai variate. Astfel, concluzia rămâne valabilă până când vom întâlni o excepţie, deoarece în raţionamentul inductiv intervine hazardul, el are un caracter probabilist.

Deducţia descrie demersul descendent al gândirii pe verticala cunoaşterii. *Raţionamentul deductiv porneşte de la general, prin inferenţe şi implicaţii şi ajunge la cazuri particulare.* Deducţia debutează prin ipoteze sau premise demonstrate ca fiind adevărate şi apoi derivă implicaţiile acestor ipoteze. Dacă premisele sunt adecvate, atunci concluziile trebuie să fie adevărate.

Expresia logică a raţionamentului deductiv este **silogismul** în care, pornind de la două premise, se extrage o concluzie. Concluziile extrase dintr-un set de reguli pot fi juste numai dacă premisele sunt valide şi precis formulate. În manualele de logică, sunt analizate şi exemplificate erorile de raţionament. Din punct de vedere psihologic, inducţia şi deducţia constituie demersurile operaţionale care stau la baza formării conceptelor empirice şi ştiinţifice.

4.3. Gândirea ca sistem de noţiuni

Dacă gândirea extrage şi prelucrează invarianţi cognitivi cu ajutorul unui sistem complex de operaţii, aceşti invarianţi sunt sistematizaţi în cadrul unor clase, categorii de obiecte, fenomene, a unor concepte, noţiuni vehiculate cu ajutorul judecăţilor şi raţionamentelor.

• **Categorizare şi prototipuri**

Demersul cel mai simplu pe care gândirea umană îl poate face în faţa unei avalanşe de informaţii este acela de a le ordona, clasifica sau categoriza, respectiv de a le grupa pe categorii după anumite criterii. Tendinţa este să mărim numărul de trăsături similare, asemănătoare în interiorul unei categorii şi să micşorăm numărul acestor trăsături între categorii diferite. Calitatea cea mai importantă a acestor categorii este că ele conţin maximum de informaţie într-un minimum de format. Cercetătoarea E. Rosch a demonstrat cum categoriile de bază sunt reprezentate printr-un singur cuvânt în limbajul natural şi aceste cuvinte au cea mai mare frecvenţă în limbajul vorbit, ele fiind numite prototipuri.

Întreprindeţi următorul experiment: rugaţi colegii dintr-o clasă inferioară să noteze pe o foaie de hârtie toate cuvintele care denumesc fructe şi care le vin în minte în acel moment. Analizaţi răspunsurile primite şi stabiliţi frecvenţele de apariţie a unor denumiri de fructe.

Ce aţi constatat?

Prototipul întruneşte într-un mod empiric, în baza experienţei proprii şi în baza experienţei unei anumite culturi şi civilizaţii, la un anumit moment dat, *trăsăturile comune cele mai evidente ale unei categorii.* De exemplu, la întrebarea „ce evocă cuvântul arbore?" imediat după cel de al II-lea război mondial, răspunsul cel mai frecvent era un arbore distrus; 20 de ani mai târziu arborii verzi, pentru ca în prezent cel mai frecvent răspuns să fie arborii uscaţi (de ploile acide). Aşa cum aţi verificat prototipul categoriei „fructe", puteţi verifica şi alte prototipuri pentru următoarele categorii:

„pasăre" → „vrabie",
„vehicul" → „maşină" (autoturism);
„mobilă" → „scaun".



Stabiliţi pe baza unei microcercetări cele mai frecvente cuvinte-prototip (în ordinea descrescătoare a frecvenţei) pentru categoriile „legume" şi „obiecte de îmbrăcăminte".

• Concepte empirice, concepte ştiinţifice

Categorizarea şi prototipurile fac parte din activitatea de conceptualizare a gândirii. Prin conceptualizare, gândirea elaborează modele mintale ale realităţii. Sunt modele informaţionale care condensează, conservă, sistematizează trăsăturile comune, general valabile pentru o întreagă categorie de obiecte-fenomene.

Conceptele empirice, după cum arată M. Zlate, integrează *trăsături concrete, particulare,* însuşiri locale restrictive, dependenţe accidentale şi neesenţiale. Ele se constituie în copilărie şi pe parcursul şcolarităţii prin acumularea şi sistematizarea unei experienţe concret intuitive, într-o manieră ascendentă, de jos în sus, de la aspecte particulare, de la obiecte şi situaţii concrete, care se organizează în reprezentări cu un grad din ce în ce mai mare de generalizare, dar cu un grad scăzut de esenţializare. De aceea conceptele empirice sau semiconceptele *sunt instabile, se restructurează în timp, sunt supuse hazardului, sunt probabiliste.* Deşi ele reflectă prin categorii şi prototipuri un mod relativ comun de reprezentare a unor cunoştinţe la un anumit moment dat într-o populaţie, totuşi poartă pecetea subiectului cunoscător şi dezvoltă un anumit ataşament afectiv. Ţinem la conceptele noastre empirice pentru că sunt dovada vie a resurselor noastre personale de înţelegere a lumii. Ele tind să se transforme în convingeri pseudoştiinţifice pe care le apărăm şi le promovăm. În mod obişnuit, conceptele empirice uzează de limbajul cotidian şi de aceea sunt mai puţin riguroase, iar în comunicarea lor sunt personalizate prin expresii şi exemplificări proprii limbajului natural.

Conceptele ştiinţifice se achiziţionează în mod obişnuit prin învăţare, educaţie, asimilare de cunoştinţe ştiinţifice sistematizate în cunoaşterea umană la un moment dat. Prin demersul descendent, se porneşte de la legi, norme, reguli, principii, definiţii care au un caracter imperativ. Conceptele sau *noţiunile ştiinţifice integrează şi condensează însuşiri esenţiale valabile universal pentru o categorie de fenomene.* Noţiunile ştiinţifice înglobează trăsături esenţiale, dar nu sunt reductibile la o anumită însuşire. De exemplu, atunci când ne îndulcim ceaiul cu o linguriţă de zahăr, nu ne gândim şi nu „vedem" în faţa ochilor sfecla de zahăr. În urma unor procese repetate de rafinare, condensare şi cristalizare, zahărul este esenţa sfeclei fără a fi sfecla însăşi. Sfecla este doar o sursă pentru că zahărul se poate obţine dintr-o varietate de plante.

Conceptele se organizează în structuri piramidale care au la bază însuşiri conjuncturale, uneori chiar false, care se îmbogăţesc prin alte însuşiri supraordonate, pentru ca în vârful piramidei să troneze conceptul ştiinţific. Observăm că *în construcţia conceptelor ştiinţifice se îmbină cele două demersuri ale cunoaşterii, conceptele empirice constituie o bază, un suport pentru cele ştiinţifice, care la rândul*

lor introduc o ordine riguroasă în structura piramidei.

Conceptele științifice uzează de limbaje specializate proprii diferitelor domenii ale cunoașterii, cum ar fi limbajul matematicii, informaticii, gramaticii, fizicii, chimiei, psihologiei ș.a.m.d. Este un limbaj riguros, structurat în definiții, legi, principii, trăsături definitorii și nu admite abateri.

Spre deosebire de conceptele empirice, cele științifice nu sunt personalizate, nu exercită un atașament afectiv pentru că sunt neutre, aparțin cunoașterii universale, nu pot fi contrazise, puse la îndoială. Ele exercită un efect de autoritate și trebuie să fie acceptate așa cum sunt date.

4.4. Gândirea ca proces de înțelegere și rezolvare de probleme

Înțelegerea și rezolvarea de probleme sunt două procese inseparabile ale gândirii; ele nu pot fi desprinse una de alta și nici nu se desfășoară una în afara celeilalte. Iar din punctul de vedere a ordinii, a succesiunii, este greu de stabilit o ierarhie. Practic, înțelegerea este indispensabilă demarării unui proces rezolutiv, iar procesul rezolutiv se încheie printr-o nouă înțelegere.

Înțelegem rezolvând situațiile problematice cu care ne confruntăm și rezolvăm aceste situații pornind de la un anumit nivel de înțelegere.

Înțelegerea exprimă cel mai bine dimensiunea procesuală a gândirii, care descrie modul cum sunt prelucrate, procesate informațiile. În *procesarea ascendentă,* înțelegerea este rezultatul unui demers mai îndelungat (uneori de ani de zile) de acumulare de informații care sunt reunite în grupări succesive. În acest caz, *înțelegerea este o înmănunchere, o integrare de însușiri într-o reprezentare generală, un concept empiric. În procesarea descendentă, înțelegerea este rezultatul impunerii unor modele explicative ale realității prin învățare, instruire, educație.* De astă dată, *înțelegerea se manifestă prin expansiune,* ca și cum ar lua în posesie o serie de date, situații, fenomene care i se subordonează. *Dacă în procesarea ascendentă, înțelegerea este o consecință, în cea descendentă este o premisă.* Rezultă că a gândi este în mod definitoriu sinonim cu a înțelege. Conceptele, noțiunile au o existență psihologică, adică funcționează în mintea noastră în măsura în care știm ce înseamnă, în măsura în care înțelegem conținuturile lor, adică suntem în posesia *semnificației* lor. Înțelegerea ne conduce la o explicație, iar explicația ne permite elaborarea unui model funcțional al realității reflectate.

Mecanismul înțelegerii are la bază în primul rând un **cuplaj informațional.** În raporturile noastre cognitive cu lumea, venim cu un set întreg de cunoștințe anterioare, concepte, modele explicative și așteptări, anticipări. Suntem așadar „agenți" activi ai cunoașterii. În cea mai mare parte a existenței noastre cotidiene, ne confruntăm cu situații obișnuite, comune, habituale care ne solicită deprinderile, obișnuințele, rutinele. Situațiile care se cer a fi înțelese sunt – în mod obișnuit – situații problematice, adică acele situații față de care repertoriul nostru de răspunsuri nu este suficient pentru a le depăși. Avem de învățat la diverse materii la școală, de rezolvat probleme de matematică, fizică, chimie, de elaborat eseuri la literatură sau filosofie, trebuie să înțelegem o multitudine de situații de viață, să răspundem la probleme majore pe care ni le pune viața sau la întrebări pe care ni le punem noi înșine. Toate aceste situații-problemă se comportă și ele ca „agenți" activi pentru că trezesc în noi o anumită stare de tensiune, o încordare, curiozitate, nerăbdare sau

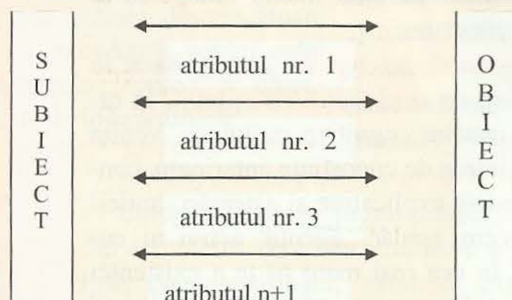


Tensiunea meditației exprimată de sculptura Gânditorul, de Auguste Rodin

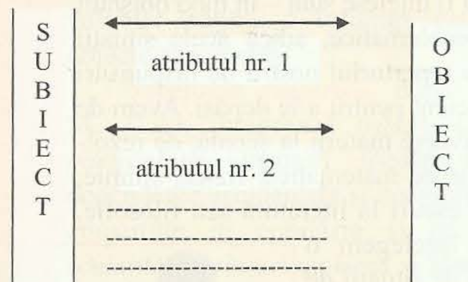
iritare, nervozitate. *Pentru ca o situație să devină problematică, ea trebuie să vină în întâmpinarea unor necesități, cerințe ale subiectului.* Cuplajul informațional se realizează ca un proces de tranzacție, de negociere între subiect și obiect. Fiecare parte a acestui proces se comportă activ și, în funcție de cantitatea de informație pe care o aduc, putem vorbi de următoarele tipuri de cuplaj informațional-înțelegere (vezi schema de mai jos).

Relația dintre completitudinea cuplajului informațional și nivelul înțelegerii

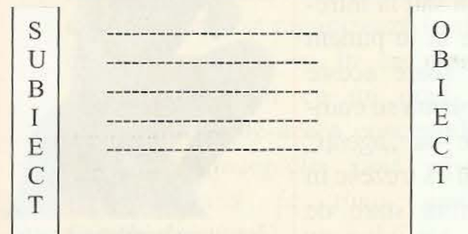
A. Cuplaj informațional complet – înțelegere deplină



B. Cuplaj informațional incomplet – înțelegere parțială



C. Cuplaj informațional absent – neînțelegere



În al doilea rând, la baza mecanismului înțelegerii se află **sistemele asociative**. Acestea pun în relație cunoștințele, experiențele stocate în memorie cu situațiile prezente și avansează explicații. În mod obișnuit, o situație prezentă declanșează în minte un proces asociativ prin care noua situație este asociată cu o situație anterioară, deja asimilată, înțeleasă. Procedeul este relativ simplu și uzează de operații de comparație, clasificare, categorizare. *Principiul de bază a asocierii stipulează că dacă două experiențe se produc împreună și concomitent, atunci fiecare dintre ele, când ajunge în conștiință, are tendința de a o readuce și pe cealaltă.* Cele trei forme de bază ale asocierii sunt:

- după *asemănare;*
- după *contrast;*
- după *coexistența spațială și succesiunea temporală* (elementele care în trecut au apărut împreună sau unul după altul sunt reactualizate mai ușor).

O situație problematică constituie un stimul declanșator al unor asociații, legături care pot conduce la înțelegerea acesteia. Se pot constitui lanțuri asociative care activează secvențial cunoștințe, procedee de lucru, scheme de acțiune. Lanțul asociativ poate fi liniar pentru secvențe de lucru algoritmice sau ramificat pentru secvențe de lucru euristic.

Al treilea mecanism al înțelegerii este **analogia**. Când oamenii pricep ceva anume prin analogie, ei înțeleg un lucru în relație cu alt lucru. Iată câteva exemple sugestive de analogie:

- structura atomului – sistemul solar;
- moleculele de gaz – bilele de biliard;
- memoria umană – biblioteca.

Prin analogie, putem înțelege ceva nefamiliar în termenii altui lucru înțeles deja. Matematicianul Hadamard afirma că arta descoperirilor stă adesea în perceperea asemănării a două elemente din domenii diferite ale cunoașterii. Putem să rezolvăm o problemă dificilă mai ușor dacă înaintea ei

rezolvăm o problemă analoagă. Astfel, putem să extragem principiul de bază din prima problemă şi să-l aplicăm la a doua.

Rezolvarea de probleme este domeniul performanţial al gândirii. Tratând înţelegerea, am abordat deja unele particularităţi ale rezolvării de probleme. Cel mai adesea, problema este definită ca *obstacol cognitiv*, ca o *breşă în cunoaştere*, ca *o situaţie faţă de care repertoriul de răspunsuri ale subiectului nu este suficient* pentru a o înţelege.

Pentru a înţelege mai bine modul în care oamenii rezolvă problemele, psihologii au realizat variate experimente. Vom aminti aici două **modele explicative** care se pot subsuma celor două tipuri de procesări amintite în lecţia noastră.



Primul model *aparţine savantului american Thorndike şi constă în următoarele: într-o cuşcă era introdusă o pisică ce se va strădui să evadeze printr-o serie de* ***încercări şi erori*** *până când – întâmplător – descoperă că dacă trage de o sfoară, cuşca se deschide. În zilele următoare, cercetătorul constată că timpul necesar evadării se scurtează în baza* ***legii efectului****: o acţiune urmată de succes se consolidează, iar dacă este urmată de eşec, va fi eliminată din comportament. Observăm că modelul încercare-eroare se subsumează* ***procesării de tip ascendent,*** *fiind ghidată de* ***date concrete.***



Wolfgang Köhler, 1887-1967

Al doilea model *aparţine savantului german Köhler (vezi figura alăturată) şi este realizat pe maimuţe. O maimuţă înfometată închisă în cuşcă are la vedere sus un ciorchine de banane la care nu poate ajunge decât dacă se va sui pe o cutie aflată întâmplător în cuşcă. După mai multe salturi, maimuţa se retrage într-un colţ şi pare că a abandonat, dar după un timp, va folosi cutia pentru a ajunge la banane. Problema a fost rezolvată prin* ***intuiţie,*** *maimuţa a avut un moment de* ***„iluminare“*** *sau* ***„aha“****. Acest model de rezolvare de probleme se subsumează* ***procesării de tip descendent,*** *dirijată de* ***scheme mintale.***

În cele două exemple, regăsim moduri de lucru proprii şi omului în procesul de rezolvare de probleme. Dar la nivel uman, rezolvarea de probleme este un proces mult mai complex care uzează de strategii, se desfăşoară în etape şi poate lua forma rezolvării creative.

Strategiile rezolutive sunt numeroase, dar pot fi grupate în două mari categorii în funcţie de tipul de probleme şi de mijloacele utilizate în rezolvarea lor. Vorbim astfel despre *strategii algoritmice* şi *strategii euristice.*

• **Strategia algoritmică** exprimă o convergenţă deplină între problemă, mijloacele de rezolvare şi soluţie. Problema este bine definită, bine structurată, cerinţele sunt clar formulate, iar în raport cu ele există un set de mijloace, formule de lucru standardizate care – dacă sunt corect aplicate – conduc la un rezultat unic. Sunt problemele şcolare tipice care îi ajută pe elevi să dobândească deprinderi şi cunoştinţe stabile, verificabile. Este şi un mod de gândire, un stil de abordare reproductiv.

• **Strategia euristică** exprimă o divergenţă, un conflict, o discordanţă între problemă, mijloace şi soluţie. De obicei, problema este slab definită, slab structurată, cerinţele sunt vag formulate, au mai mult un caracter ipotetic, probabilist, după formula „ce ar fi dacă ...“, mijloacele, formulele de lucru nu ne conduc automat la rezultat, trebuie să explorăm, să inventariem mai multe căi şi mijloace, iar soluţia se relevă ca o descoperire. Este modul de rezolvare a problemelor foarte complexe, prin explorare, descoperire, este un mod de rezolvare productiv sau creativ.

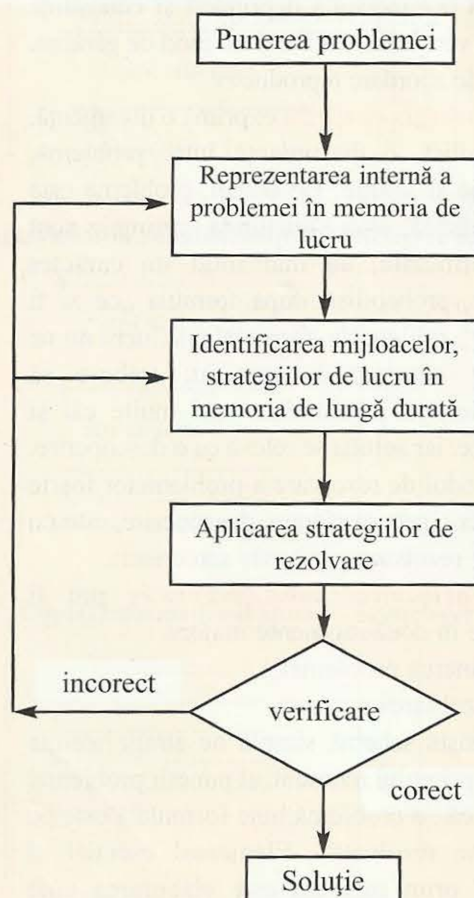
Etapele procesului rezolutiv pot fi grupate în două momente majore:

- punerea problemei;
- rezolvarea acesteia.

Această schemă simplă ne atrage atenţia asupra primului moment, al punerii problemei pentru că „o problemă bine formulată este pe jumătate rezolvată“. Elementul esenţial al acestui prim moment este elaborarea unei *reprezentări mintale interne a problemei.*

Aceasta se realizează în baza definirii datelor problemei, a explorării bazei de cunoștințe proprii cu privire la tipul de problemă cu care ne confruntăm, la mijloacele adecvate de lucru și prin avansarea unor ipoteze asupra soluțiilor posibile. După cum vedem, este o deosebire mare față de modul de lucru al pisicii în cutia lui Thorndike sau al maimuței în cușca lui Köhler. Timpul cel mai îndelungat și resursele intelectuale cele mai vaste sunt solicitate în această primă etapă. Rezolvarea propriu-zisă face apel la strategii de tip algoritmic, euristic sau combinate, apoi rezultatul este supus verificării și procesul poate fi încheiat dacă s-a ajuns la soluția corectă sau reluat dacă rezolvarea este incompletă sau incorectă.

Modelul schematic al rezolvării de probleme (după Newell și Simon)



Factorii care influențează rezolvarea de probleme sunt:

- presiunea timpului: în general lucrăm prost în criză de timp, dar pe unii criza de timp îi stimulează;
- noutatea problemei: poate constitui pentru unii un factor inhibitor, dar pentru alții un factor stimulator;
- dificultatea problemei poate induce o stare de stres, de încordare, dar poate constitui și un factor stimulator *al nevoii de competiție;*
- modul de formulare a problemei: problemele clar formulate, concise, fără exces de date inutile sunt mai ușor rezolvate decât cele „îngropate" în detalii;
- ambianța: o ambianță cu disconfort, cu zgomot, cu multe persoane poate afecta productivitatea rezolutivă;
- tensiunea emoțională prea puternică;
- lipsa de motivație sau motivarea excesivă prin teama de eșec, teama de sancțiuni sau anticiparea unor recompense foarte mari;
- oboseala intelectuală care afectează capacitatea de concentrare, coerența logică a acțiunilor.

Între factorii care influențează rezolvarea problemelor unii sunt obiectivi, alții subiectivi. Identificați și grupați acești factori.

În încheiere, vom trece în revistă câteva sfaturi utile în activitatea de rezolvare de probleme, sistematizate de către M. Zlate, după psihologii americani Ellis și Schumacher:

- înainte de a rezolva o problemă trebuie să fiți siguri că o înțelegeți cu adevărat;
- reverificați datele din memorie pentru a vă asigura că veți progresa către obiectivul principal;
- încercați mai întâi ipoteza cea mai simplă, iar dacă aceasta eșuează, treceți la ipoteze mai complexe;
- învățați să rezistați dificultăților, eșecurilor și frustrărilor ce intervin în cursul rezolvării problemelor;

- rămâneți deschiși pentru opțiuni alternative și abordări noi, nu manifestați fixitate, rigiditate în descoperirea soluțiilor;
- dacă ați ales o cale de acțiune, o ipoteză finală, mai aruncați o privire înainte de a trece la fapte;
- explicați problema unei alte persoane, aceasta vă va ajuta în găsirea unei perspective optime de abordare;
- nu vă preocupați un timp de problemă, lăsați-o deoparte, dar nu transformați această perioadă de așteptare (sau de incubație) într-o manieră sistematică de evitare a problemelor.

APLICAȚII

1. Rezolvați următoarea problemă:

Trei misionari și trei canibali trebuie să treacă de pe malul stâng al unui râu pe malul drept. Barca pe care o au la dispoziție poate transporta numai două persoane de-o dată. Barca poate fi folosită atât de misionari, cât și de canibali, dar numărul canibalilor nu poate fi mai mare decât cel al misionarilor pe nici unul dintre cele două maluri pentru că vor fi mâncați.

Care este numărul minim de traversări necesare?

Care este strategia rezolutivă pe care o folosiți în rezolvarea acestei probleme?

2. Rezolvați următoarea problemă:

Sunt două stații de cale ferată A și B aflate la o distanță de 100 km una față de cealaltă. Într-o zi de vineri, ora 17:00, din cele două stații pornesc simultan unul spre celălalt două trenuri. Trenul A merge cu 60 km/h, iar trenul B cu 40 km/h. Exact în momentul când cele două trenuri au pornit, în fața trenului A apare o pasăre care zboară înainte până întâlnește cel de-al doilea tren, moment în care, fără a pierde din viteză, se întoarce și zboară înapoi până la trenul A. Va continua să zboare înainte și înapoi cu o viteză de 80 km/h.

Întrebare: câți km va zbura pasărea înainte ca trenurile să se întâlnească?

Ce factor influențează negativ și întârzie rezolvarea acestei probleme?

3. Rezolvați următoarea problemă:

De tavanul unei camere atârnă două bucăți de sfoară care sunt distanțate una de alta astfel încât o persoană nu le poate prinde pe amândouă simultan, întinzând cele două mâini. Pe podea se află o cutie de chibrituri, o șurubelniță și vată.

Întrebare: cum trebuie să procedați pentru a prinde cele două sfori și a le lega?

Ce anume credeți că îngreunează rezolvarea și ce calități ar trebui să prezinte o persoană pentru a rezolva cu ușurință această problemă?

Cum aş putea să-mi bag cartea în cap?!



5. Memoria

Prin procesele senzoriale de cunoaştere, omul are posibilitatea să trăiască mai ales în prezent, să reacţioneze la acele însuşiri ale obiectelor care acţionează nemijlocit „aici" şi „acum" asupra organelor de simţ. Impresiile, imaginile, gândurile, emoţiile, mişcările prezente, actuale, nu se pierd însă, nu se volatilizează fără a lăsa nici o urmă în creier, dimpotrivă, ele „dispar" în trecut, se sedimentează, se cristalizează, pentru ca mai apoi să fie scoase la lumină şi refolosite, contribuind în felul acesta la amplificarea conţinutului vieţii psihice, la desfăşurarea normală şi mai ales eficientă a activităţii umane. Omul, pe lângă multe alte capacităţi de care dispune (de a simţi, gândi, vorbi, imagina, dori, voi), o posedă şi pe aceea de a reţine, conserva şi reutiliza propria sa experienţă. Acest lucru este realizat cu ajutorul memoriei.

5.1. Definire şi caracterizare generală



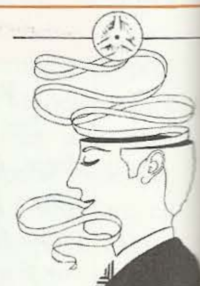
Care este mai productivă?

- Simpla citire a unui text, chiar şi repetată, sau alcătuirea planului textului, fracţionarea lui în parţi, extragerea ideilor principale?
- Frazele şi expresiile dintr-o limbă străină se însuşesc mai repede prin practica retroversiunilor sau prin cea a traducerilor?
- Când se reţine mai bine o demonstraţie matematică: atunci când este reconstruită de elev sau atunci când este parcursă prin citire?
- Când învaţă mai bine elevul gramatica, atunci când construieşte singur diferite structuri gramaticale sau când acestea îi sunt furnizate de-a gata?

Nu este deloc greu să optăm pentru varianta optimă de răspuns. Mai greu este să argumentăm din punct de vedere psihologic opţiunile făcute. Încercaţi să faceţi acest lucru acum, înainte de a parcurge lecţia despre memorie. Reluaţi acest exerciţiu după ce aţi învăţat întreaga lecţie despre memorie.

Memoria este procesul psihic de întipărire, stocare (depozitare) şi reactualizare a informaţiilor.

Ea nu se reduce însă numai la atât. Dacă prezentăm unor subiecţi silabe fără sens, în reamintirea lor, ei vor apela la gruparea silabelor. Dacă le prezentăm cuvinte, ei le vor regrupa dupa o serie de criterii. Aşadar, memoria nu este un simplu mecanism psihic de întipărire, stocare şi reactualizare, ci un mecanism psihic *structurant, constructiv, chiar creativ.*



Procesul de memor...

Memoria este o proprietate a tuturor sistemelor biologice, vii. În evoluţia sa istorică şi filogenetică, această proprietate s-a diferenţiat, organizat şi ierarhizat, constituindu-se în forme şi structuri specifice. La om, putem vorbi de un apogeu al dezvoltării funcţiei mnezice şi de cea mai complexă organizare şi ierarhizare a ei. Dacă la animal, ea este legată de semnificaţia biologică a stimulilor, la om semnificaţia socială a obiectelor devine esenţială. Memoria capătă tot mai pregnant un caracter mijlocit. Dacă la început rolul de mijlocitor îl joacă un obiect concret (putem ţine minte sau ne putem reaminti ceva făcându-ne un semn pe un obiect), mai târziu cuvântul, gândul, deci acţiunea psihică internă, subiectivă, devine mijlocitoare. La om, memoria capătă un caracter logic, ea presupunând înţelegerea celor memorate şi reactualizate. Prin caracterul sau *mijlocit, logic/raţional* şi *conştient,* ea devine un proces psihic specific uman, diferenţiat aproape total de memoria animalelor, fapt care justifică încadrarea ei în categoria proceselor logice.

Rolul memoriei în ansamblul vieţii şi activităţii psihice umane este enorm. Pentru a

înţelege şi mai bine acest rol, să ne imaginăm pentru o clipă ce s-ar întâmpla fără memorie. Omul ar trăi într-un continuu prezent numai sub influenţa datelor nemijlocite de cunoaştere, comportamentul său fiind haotic, spontan, fără stabilitate şi finalitate, fără durabilitate în timp; toate obiectele care ar acţiona din nou asupra lui i s-ar părea absolut noi, necunoscute; el n-ar avea posibilitatea de a utiliza rezultatele cunoaşterii, dimpotrivă aceasta ar trebui luată de fiecare dată de la început; gândurile şi acţiunile lui n-ar putea fi legate unele de altele; n-ar putea înţelege şi învăţa, n-ar putea rezolva problemele ivite în calea lui, n-ar avea ce frământa în minte pentru a fi creator şi „sclipitor". Viaţa psihică a omului fără memorie – scria medicul şi fiziologul danez Lange – este doar un ghem de impresii senzitive, adică un prezent fără trecut, dar şi fără viitor.



Ştiţi din proprie experienţă că dacă învaţaţi pentru o anumită zi, pentru o anumita oră şi nu sunteţi ascultaţi în acea zi şi la acea oră, peste câteva zile uitaţi totul şi trebuie să luaţi procesul învăţării de la început. De ce? Pentru că a intrat în funcţiune o lege a memoriei care arată că memorarea pentru o anumită dată condiţionează uitarea după trecerea acelei date.

Caracterul necesar al memoriei decurge din faptul că ea este implicată în marile comportamente ale vieţii omului: cunoaştere şi învăţare, înţelegere şi rezolvare de probleme, inteligenţă şi creativitate. Aşadar, memoria este cea care *sudează elementele anterioare* de cele care vor urma (un gând rostit de un altul care urmează abia să fie rostit), cea care dă posibilitatea *reanalizării* unor date anterioare ale cunoaşterii, care *împinge* cunoaşterea mai departe. Rolul ei este atât de mare încât fiziologul rus I. M. Secenov a denumit-o «piatra unghiulară a vieţii psihice», «condiţie fundamentală a vieţii psihice». Prin faptul că redă trecutul (ca trecut), ţinând însă cont de condiţiile schimbate şi actuale ale prezentului, ea *adaugă o nouă dimensiune vietii psihice*, contribuind, în felul acesta, la asigurarea *continuităţii* ei.

Memoria se află în strânsă *interacţiune şi interdependenţă cu toate celelalte procese, însuşiri şi capacităţi psihice,* fiind influenţată de ele şi influenţându-le totodată.

Mare parte din materialul care se stochează şi se păstrează în memorie este, de fapt, materialul provenit prin contactul organelor de simţ cu realitatea înconjurătoare (fapt care ne demonstrează legatura memoriei cu procesele psihice senzoriale); memoria nu înseamnă numai acumularea de informaţii, ci şi organizarea şi chiar structurarea lor, prin aceasta ea raportându-se la gândire, la operaţiile ei care facilitează o asemenea interpretare; nu reţinem şi nu reactualizăm orice, ci ceea ce ne place, ceea ce corespunde unor dorinţe, aspiraţii, fapt care relevă legătura memoriei cu procesele afectiv-motivaţionale; memoria implică şi prezenţa unui efort voluntar, realizându-se astfel legătura ei cu voinţa; în sfârşit, trăsăturile temperamentale şi caracteriale îşi vor spune cuvântul în ceea ce memorăm sau actualizăm (anumite aspecte ale realităţii vor fi reţinute din lectura unui roman de către un optimist şi altele de către un pesimist).



Procesarea din memoria umană este:
- activă,
- selectivă,
- situaţională,
- relativ fidelă,
- mijlocită,
- inteligibilă.

Explicaţi aceste caracteristici.

5.2. Procesele şi formele memoriei

Caracterul procesual al memoriei rezidă în faptul că ea se realizează în faze, în etape, cu ajutorul unor acţiuni psihice, cum ar fi: memorarea, păstrarea şi actualizarea celor memorate.

Memorarea este acel proces al memoriei prin care are loc întipărirea, fixarea experienţei, engramarea ei. După prezenţa sau absenţa intenţiei de a memora, a efortului voluntar, memorarea se împarte în *neintenţionată* (sau involuntară) şi *intenţionată* (sau voluntară).

În funcţie de prezenţa sau absenţa gândirii, a înţelegerii, a unor asociaţii logice, desprindem *memorarea mecanică* (efectuată în lipsa înţelegerii) şi *memorarea logică* (bazată pe înţelegerea şi descifrarea sensurilor, implicaţiilor, semnificaţiilor materialului memorat).

Memorarea neintenționată se realizează fără să vrem, fără să ne propunem dinainte acest lucru, fără să facem vreun efort deosebit în acest sens, fără să utilizăm mijloace speciale mnemotehnice. Această formă are un caracter nesistematic, fiind în funcție fie de particularitățile stimulului (de obicei reținem stimulii mai deosebiți ca noutate, intensitate, semnificație), fie de cele ale subiectului (starea de mai mare sau de mai redusă receptivitate psihică). De regulă, ea durează puțin trecând foarte repede în forma intenționată a memorării. Deși nu presupune un scop anterior, ea este legată de activitatea subiectului, în sensul că se rețin mai bine, chiar fără să vrem, acele informații care se leagă, corespund nevoilor, necesităților, activității sau profesiunii noastre.

Memorarea intenționată presupune pre[...] atât a scopului cât și a efortului voluntar [...] organizată, sistematică, productivă în func[...] natura materialului (cu sens sau fără sens) [...] apel la o serie de procedee și tehnici de mem[...] Pentru realizarea ei în bune condiții, nu [...] suficientă doar propunerea scopului mne[...] propunerea unor scopuri clare, diferen[...] precise și mai ales mobilizatoare. Depende[...] de particularitățile activității este și mai ma[...] este necesară mai ales în activitățile grele, di[...] monotone, neinteresante.



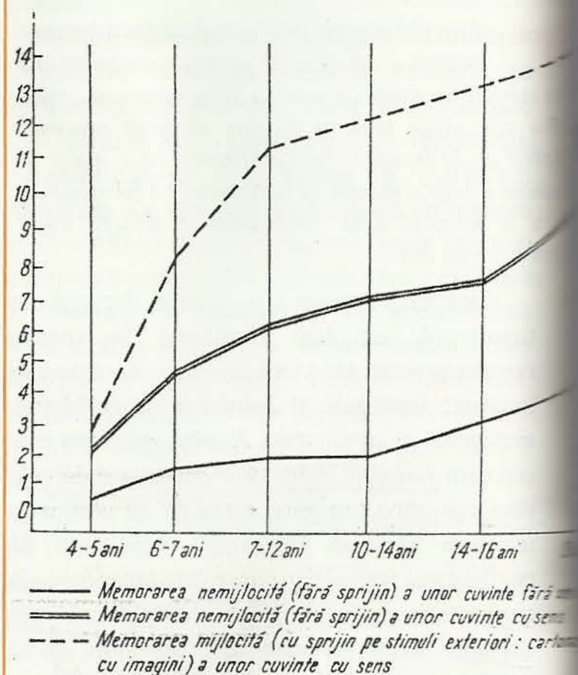
Mozart, numai după două audiții a unui *Miserere* în Capela Sixtină, a reușit să-l transcrie acasă integral din memorie. Cum explicați această performanță?



Un cercetător a cerut unui grup de subiecți să descopere regula după care este compusă o serie de numere, iar unui alt grup să ordoneze numerele trei câte trei. După un timp, subiecții au fost solicitați să reproducă numerele cu care au lucrat.

- Ce tip de memorare a fost implicat? involuntară
- La care grup credeți că performanțele au fost mai bune? Argumentați-vă opțiunea.

primul pt că au trecut prin toate de mai multe ori



Dependența memorării intenționate de natura materia[...] (cu sens sau fără sens) și de utilizarea sau neutiliza[...] unor procedee de memorare

Memorarea mecanică implică simpla repetare a materialului, folosirea asociaţiilor de contiguitate (coincidenţă) în timp şi spaţiu. Ea duce la învăţarea formală (adică doar a formelor verbale, dar nu şi a conţinutului logic), este aparent sau momentan eficientă, în esenţă fiind însă ineficientă. Situaţional, conjunctural, ea se soldează uneori cu succes (cine nu a obţinut uneori nota 10 fără să fi înţeles nimic din ceea ce a memorat!); dacă privim însă lucrurile în perspectivă, vom constata că efectele ei sunt de suprafaţă, inautentice, fără durabilitate în timp. Din acest punct de vedere, memorarea mecanică trebuie combătută. Nu trebuie să neglijăm însă faptul că în anumite situaţii (mai ales atunci când materialul de memorat nu dispune prin el însuşi de diverse semnificaţii, de o structură logică, sau atunci când gândirea, operaţiile ei sunt insuficient formate) memorarea mecanică este necesară. Se ştie că numerele de telefon, numele de persoane, datele istorice, denumirile geografice, formulele, denumirile latineşti ale plantelor etc. sunt reţinute de cele mai multe ori pe baza memorării mecanice. Chiar şi în aceste situaţii însă, individul «introduce» singur în material o serie de semnificaţii, îl leagă de experienţa sa, foloseşte tot felul de procedee de memorare pentru a uşura reţinerea.

Memorarea logică bazată pe înţelegere, pe dezvoltarea gândirii şi a operaţiilor ei care devin premise absolut necesare, asigură realizarea unei învăţări autentice, utilizabilă în practică, cu mari posibilităţi operaţionale şi de transfer în cele mai diverse situaţii. Ea înlătură învăţarea formală corespunzând raţionalităţii omului. Este superioară memorării mecanice prin:

- *autenticitate* (reuneşte într-un tot organic conţinutul logic şi forma verbală);
- *economicitate* (în cazul ei, numărul repetiţiilor este mult mai mic decât în cel al memorării mecanice);
- *productivitate* (frazele se reţin cu o productivitate de 25 de ori mai mare decât cuvintele izolate – de aici necesitatea ca în învăţarea limbilor străine cuvintele să fie învăţate în fraze, nu izolat).

Păstrarea informaţiilor sau conservarea, stocarea lor este acel proces al memoriei care presupune reţinerea pentru un timp mai scurt sau mai îndelungat a celor memorate.

Este prin excelenţă un proces activ, dinamic, deoarece implică organizarea şi reorganizarea informaţiilor memorate, includerea lor în sisteme de noi legături, ca urmare, obţinerea unor efecte relativ deosebite. Caracterul activ şi dinamic al păstrării este pus în evidenţă de faptul că unele informaţii, care păreau a fi uitate, sunt readuse cu uşurinţă la lumină atunci când este necesar. De asemenea, el apare în evidenţă în situaţiile în care reactualizarea materialului se realizează într-un alt fel, într-o altă formă, structură, ordine etc., decât aceea în care a fost memorat. Aceasta înseamna că aproape fără să ne dăm seama, în timpul păstrării, materialul a „dospit", a crescut pe nesimţite, a căpătat noi valenţe.

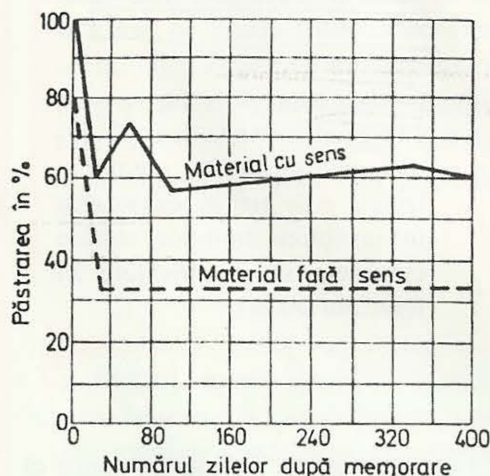
În funcţie de durată, desprindem două tipuri de păstrări: *păstrarea de scurtă durată* (până la 8-10 minute) şi *păstrarea de lungă durată* (începând cu 8-10 minute, săptămâni, luni şi terminând cu ani).

La fel de diferenţiată este şi forma păstrării. Astfel, uneori materialul se păstrează exact în forma în care a fost memorat, alteori el este supus fie unui proces de diminuare (până la trecerea lui sub pragul conştiinţei), destrămare şi dispariţie, fie unuia de amplificare, închegare şi întărire.



Organizați următorul experiment: scrieți pe o foaie de hârtie un șir de litere (D, N, T, W, P, E) și rugați o persoană să le memoreze. Ascundeți foaia și solicitați persoanei să numere înapoi (verbal sau în scris) din trei în trei, de la un anumit număr ales arbitrar (de exemplu: 495, 492, 489, 486...). Dupa 20 de secunde întrerupeți număratul și rugați persoana să vă spună literele prezentate inițial. Repetați experimentul cu mai multe persoane. Analizați constatările făcute.

Durata și forma păstrarii sunt în strânsă dependență de condițiile în care a avut loc memorarea, de particularitățile materialului de memorat. Cercetările experimentale au arătat că materialul cu sens (inteligibil) este păstrat mai bine și mai mult timp decât cel fără sens.



Dependența păstrării de natura materialului



Un cercetător a arătat că după 6 luni tezele principale sunt reținute în proporție de 60%, unitățile logice în proporție de 30%, iar forma textuală a materialului în proporție de 21,5%.

Cum se explică aceste rezultate?

Ce concluzie potrivită am putea formula?

Chiar materialul cu sens se păstrează diferit în funcție de felul în care a avut loc memorarea: textuală sau pe baza ideilor principale. Volumul păstrării textuale a materialului scade cu timpul, pe câtă vreme păstrarea ideilor principale, a conținutului esențial crește.

Reactualizarea informațiilor constă în scoaterea la iveală a celor memorate și păstrate în vederea utilizării, valorificării lor. Ea se realizează prin *recunoașteri* și *reproduceri*. Diferența dintre ele constă în faptul că recunoașterea se realizează în prezența obiectului, iar reproducerea în absența lui. Prima este relativ mai simplă, presupunând îndeosebi procese de percepție, cealaltă este mai complexă implicând, în principal, intervenția unor procese de gândire. Recunoașterea presupune suprapunerea modelului actual peste cel aflat în mintea subiectului, pe când reproducerea, confruntarea și compararea mintală a modelelor în vederea extragerii celui optim. Ele se aseamănă prin aceea că dispun de forme involuntare și voluntare. Uneori recunoaștem pe cineva dintr-o dată, fără efort, alteori trebuie să „scormonim" în mintea noastră pentru a ne reaminti cine este, unde l-am cunoscut, cu ce ocazie, cum îl cheamă etc. De asemenea, uneori reproducem fără efort o poezie numai auzindu-i titlul sau autorul, alteori este nevoie să facem apel și la alte informații pentru a ne-o reaminti. Atât recunoașterea cât și reproducerea dispun de grade diferite de precizie. Astfel, ele pot fi foarte precise, riguroase, dar și vagi, imprecise sau chiar eronate, dependent de tipul materialului reprodus sau de tipul reproducerii ca atare.

Între procesele memoriei există o strânsă interacțiune și interdependență. Condițiile memoriei și conținutul reactualizării sunt strâns legate.

5.3. Factorii și legile memoriei

Procesele memoriei se realizează mai ușor sau mai greu, mai repede sau mai încet, au o eficiență crescută sau scăzută în funcție de o serie de factori, cum ar fi : *natura materialului* (intuitiv-obiectual sau abstract, descriptiv sau explicativ-rațional, semnificativ sau lipsit de sens logic și pragmatic pentru subiect); *organizarea materialului* (structurat logic și neorganizat,

nestructurat); volumul materialului (mare, moderat, mic); *gradul de familiaritate* (foarte familiar, mediu familiar, nefamiliar); *modul de prezentare a materialului* (simultan sau secvențial, serial); *timpul de prezentare a materialului* (numărul de prezentări ale unuia și aceluiași material, intervalele dintre prezentări), *situația de prezentare* (de percepție și recepție pasivă sau activă a subiectului); *locul ocupat de material în structura activității subiectului* (de scop, de condiție, de mijloc pentru atingerea scopului); *ambianța în care se prezintă materialul* (stimulatoare, inhibitoare sau indiferentă). La acestea, trebuie să adăugăm și o serie de factori care țin de subiect, de experiența sa anterioară, de motivațiile sale, de starea lui generală funcțională (odihnă, oboseală, boală, sănătate), de particularitățile tipului de activitate nervoasă superioară (labilitatea, inerția, forța sistemului nervos).

Cercetările efectuate asupra influenței acestor factori au pus în evidență existența unor legi ale memoriei. Astfel, s-a arătat că se reține mai bine:

- materialul cu care subiectul operează activ, decât același material care acționează pasiv asupra analizatorilor;
- materialul care constituie conținutul sau scopul principal al activității, decât cel care face parte din condițiile realizării scopului;
- materialul ce este mai apropiat de experiența anterioară a subiectului;
- materialul ce corespunde intereselor omului;
- materialele agreabile decât cele dezagreabile, iar cele dezagreabile mai bine decât cele indiferente.

Pornind de la factorii de mai sus, încercați și formulați și alte legi ale memoriei. De exemplu, cercetările au arătat că reținem 10 % din ceea ce citim, 20% din ce auzim, 30% din ce vedem, 50% din ce vedem și auzim în același timp.

Ce legitate a memoriei puteți extrage din aceste date?

Factorii care influențează memorarea, păstrarea și reactualizarea nu acționează separat, independent unii de alții, ci concomitent unii cu alții. Aceasta duce la devierea, relativizarea sau chiar la inversarea efectelor lor. De exemplu, suntem tentați să credem că un material cu un volum mai mic va fi mai bine reținut decât un altul cu un volum mai mare. Dacă materialul extins ca volum dispune însă de un grad mai mare de structurare, familiaritate și semnificație pentru subiect, va fi reținut mult mai ușor decât un material redus ca volum, dar neorganizat și nestructurat, nefamiliar, lipsit de semnificație. Important este ca în existența sa, omul să-și asigure singur coincidența factorilor cu cel mai înalt grad de eficiență, adică să optimizeze materialul din punct de vedere a volumului, a omogenității, a gradului lui de structurare și semnificație.

5.4. Diferențele individuale și calitățile memoriei

Nu toți oamenii memorează, păstrează și reactualizează experiența anterioară la fel. Dimpotrivă, în cursul vieții și existenței lor memoria se organizează și se specializează, ceea ce face ca la un moment dat oamenii să se diferențieze între ei, să apară deci o serie de diferențe individuale.

Specializarea poate fi întâlnită la următoarele niveluri: la nivelul proceselor memoriei (unii întipăresc mai ușor, alții mai greu; unii păstrează informațiile un timp mai indelungat, alții un timp mai scurt; la unii reactualizarea se produce aproape imediat, la alții cu mari dificultăți); la nivelul organelor de simț (fapt care ne permite să vorbim despre o memorie senzorială, vizuală, auditivă, gustativă, olfactivă etc.); la nivelul conținutului activității psihice (unii dispun de o memorie predominant verbal-logică – rețin idei, noțiuni, gânduri, alții de una imaginativă – rețin imagini; la unii ea este afectivă deoarece rețin mai ales trăirile afective, la alții, motorie deoarece rețin cu usurință mișcările). Unii rețin informațiile pentru perioade mai scurte de timp, alții pentru perioade mai îndelungate – despre primii spunem că au o memorie de scurtă durată, despre ceilalți că au o memorie de lungă durată; unii rețin cunoștințele, alții procedurile de operare cu ele – memorie declarativă, memorie procedurală; unii rețin cuvintele, simbolurile verbale, înțelesurile lor – memorie semantică, alții întipăresc experiența concretă de viață, evenimentele personale – memorie episodică etc.

Asemenea diferențieri se datorează existenței unor predispoziții înnăscute ale organelor de simț, ale diferitelor particularități de personalitate (îndeosebi ale celor temperamentale și caracteriale), dar și experienței de viață concrete a individului, activității, profesiunii lui. Ideal ar fi ca un om să dispună în egală măsură și la un nivel înalt de dezvoltare de toate aceste forme ale memoriei. Cum un asemenea lucru nu este posibil, este bine ca fiecare *să folosească exact acel tip de memorie care îl avantajează cel mai mult sau să-și formeze și dezvolte acel tip de memorie pe care îl solicită profesiunea sa.* Numai folosirea adecvată a lor, în funcție de împrejurări și solicitări, se va solda cu succes.



Pe fiecare dintre voi, ce tip de memorie vă avantajează?

În procesul funcționalității sale concrete, memoria își formează și o serie de calități care o valorizează în cel mai înalt grad. Acestea vizează atât memoria, în ansamblul ei, cât și diversele ei procese.

Cele mai importante dintre calitățile memoriei sunt:

- *volumul memoriei*, cantitatea de material cu care putem opera (pe care îl reținem, păstrăm, reactualizăm). Unii oameni ne uimesc prin cantitatea mare de informații de care dispun, dând impresia unor adevărate „enciclopedii ambulante";
- *elasticitatea, mobilitatea sau suplețea memoriei*, capacitatea de a acumula cunoștințe mereu noi, de a le organiza și reorganiza pe cele vechi, de a le depăși sau uita pe cele necorespunzătoare;
- *rapiditatea întipăririi* exprimă faptul că engramarea se realizează repede, cu mare economie de efort și de repetiții;
- *trăinicia păstrării* exprimă faptul că cele memorate sunt conservate corect, într-o formă acceptabilă, pentru o perioadă îndelungată de timp;
- *exactitatea sau fidelitatea reactualizării* celor memorate indică gradul de precizie, de corectitudine și acuratețe a recunoașterii și reproducerii;
- *promptitudinea reactualizării,* adic[ă] realizarea rapidă, promptă a recunoașterii [și] reproducerii, imediat după stimulare.

Important este de știut că toate ace[ste] calități pot fi educate, modelate, ridicate la n[oi] niveluri funcționale. Cunoscând care este ac[ea] calitate a memoriei care lipsește sau care es[te] insuficient dezvoltată, omul poate lua măsuri[le] corespunzătoare în vederea formării ei.

5.5. Memorie și uitare

Multe dintre datele experienței anterioa[re] se diminuează, se dezagregă, dispar d[in] mintea noastră. Intervine așa numitul fenom[en] al uitării, fenomen *natural*, *normal* și mai al[es] *relativ necesar*. „Uitarea este înscrisă în leg[ile] omenești." – se spune în popor, subliniin[d] astfel necesitatea ei. Așa cum un depozit d[e] materiale s-ar umple, în condiții[le] supraîncărcării lui nedând posibilitatea de a s[e] depozita și alte materiale, tot așa [și] „depozitul" memoriei s-ar putea supraîncărc[a] n-ar da posibilitatea individului să acumule[ze] și să păstreze noi și noi cunoștințe ca urmare [a] experiențelor curente și recente de viață.

În raport cu memoria care tinde, după cum am văzut, spre fixarea și păstrarea informațiilor, uitarea este un fenomen ne[...] schimb, în raport cu necesitățile practice, cu so[...] cotidiene, ea este un fenomen pozitiv și [...] deoarece uitarea treptată, graduală a [...] informații contribuie la echilibrarea sistemului [...] al individului, acordă acestuia un caracte[r] dinamic, pasibil a se automișca fără a fi st[...] ceea ce ar fi „prea mult" sau „de prisos".

Uitarea intervine, așadar, ca o supapă ca[re] lasă să se scurgă, să se elimine ceea ce nu m[ai] corespunde noilor solicitări. Uitarea este u[n] fenomen natural, pozitiv și necesar numai [în] anumite condiții; când acestea nu su[nt] respectate, ea devine o piedică, o pova[ră] pentru memorie, care este nevoită să-și re[ia] de la început procesele. Între memorie [și] uitare există deci relații dinamice, fiecar[e] acționând asupra celeilalte, facilitându-se sa[u] împiedicându-se reciproc.

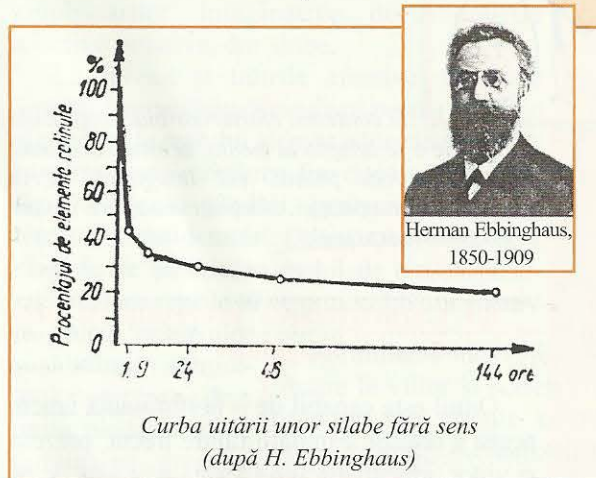
Evidenţierea problematicii uitării se poate face răspunzând la câteva întrebări.

• *Care sunt formele uitării?* În literatura de specialitate, sunt descrise trei forme ale uitării: uitarea totală (ştergerea, dispariţia, suprimarea integrală a datelor memorate şi păstrate); recunoaşterile şi reproducerile parţiale, mai puţin adecvate sau chiar eronate; lapsusul (uitarea momentană, exact pentru acea perioadă când ar trebui să ne amintim).

• *Ce uităm?* Unele informaţii care îşi pierd actualitatea, care se devalorizează, care nu mai au semnificaţie, nu mai răspund unor necesităţi, informaţiile neesenţiale, amănuntele, detaliile, ceea ce reprezintă un balast, dar din păcate şi informaţiile care ne sunt necesare, care au mare semnificaţie pentru „reuşita" noastră.

• *De ce uităm?* Cauzele uitării sunt numeroase (stări de oboseală, surmenaj, anxietate, îmbolnăvirea creierului), cea care primează însă este insuficienţa sau proasta organizare a învăţării. O învăţare neraţională, care ia forma subînvăţării (cu mai puţine repetiţii decât este necesar) sau forma supraînvăţării (cu mai multe repetiţii decât numărul optim) este la fel de periculoasă pentru memorie ca şi lipsa ei.

• *Care este ritmul uitării?* Psihologul german H. Ebbinghaus, utilizând silabe fără sens, a arătat că uitarea este destul de mare, masivă chiar, imediat după învăţare şi apoi din ce în ce mai lentă, aproape stagnantă (vezi curba uitării în figura alăturată). Dacă luăm în considerare şi alte particularităţi ale materialului de memorat, ca şi pe cele de vârstă şi psihoindividuale, atunci vom constata că uitarea are ritmuri în funcţie de acestea.



Curba uitării unor silabe fără sens (după H. Ebbinghaus)

• *Cum combatem uitarea?* Prin eliminarea cauzelor care duc la instalarea ei şi, mai ales, prin manipularea factorilor prezentaţi în paragraful 5.3. Cel mai sigur mijloc de combatere a uitării îl reprezintă însă repetarea materialului memorat. *„Repetitio est mater studiorum"* (repetiţia este mama învăţării) spune pe bună dreptate o veche cugetare. Nu orice repetiţie asigură însă combaterea uitării, ci doar cea optimă din punct de vedere a numărului ei (cercetările au demonstrat că repetiţiile suplimentare nu trebuie să depăşească 50% din numărul iniţial de repetiţii necesare însuşirii materialului).

APLICAŢII

1. Rugaţi un coleg să întocmească o listă cu serii de 1, 2, 3, 4... 20 de cifre sau cuvinte. Apoi, imediat ce vi se citeşte o serie, încercaţi de a o reproduce cât mai exact. Care este seria cea mai lungă pe care aţi reprodus-o corect? Comparaţi-vă rezultatele cu cele ale altor colegi.

2. Rugaţi un coleg să elaboreze o listă cu 30-40 de cuvinte (uzuale şi mai puţin uzuale; intuitive şi abstracte). După ce v-au fost citite toate cuvintele (sau arătate unul după altul), reproduceţi-le pe cele care vă vin în minte. Câte aţi reţinut? Ce tip de cuvinte aţi reţinut (uzuale sau neuzuale, intuitive sau abstracte)? Câte cuvinte aţi introdus sau transformat? Când aţi fost mai productivi: în varianta memorării vizuale sau în cea a memorării auditive?

3. Să se stabilească perechi de cuvinte (casă-pădure; ceas-tractor; om-abstract etc.) care să vă fie citite împreună. Apoi, se citeşte primul cuvânt din pereche (casă) şi voi trebuie să vi-l amintiţi pe cel de-al doilea cu care a fost asociat (pădure). Analizaţi rezultatele atât din punct de vedere cantitativ, cât şi calitativ.

4. Alegeţi o poezie şi învăţaţi-o pe dinafară. Câte repetări aţi făcut? Cât timp v-a trebuit? Aţi învăţat-o mecanic sau logic? Comparaţi-vă rezultatele cu cele ale altor colegi.



6. Imaginaţia

În contextul eforturilor îndelungate ale omului de a se adapta la mediu, acesta a dobândit un nou proces psihic, cel imaginativ. Prin intermediul imaginaţiei, câmpul cunoaşterii umane se lărgeşte foarte mult.

6.1. Caracterizarea procesului şi produsului imaginativ

Omul este capabil de o performanţă unică, aceea a realizării unităţii dintre trecut, prezent şi viitor, imaginaţia fiind legată mai ales de ce va fi. Detaşându-se de prezentul imediat, de aici şi acum, omul îşi organizează şi proiectează acţiunile, anticipând atât drumul care va fi parcurs, cât şi rezultatele care vor fi obţinute. Dacă omul nu ar avea imaginaţie, ar reacţiona, orientându-se numai pas cu pas după indicatorii perceptivi din contextul real în care îşi desfăşoară activitatea şi deci nu ar avea o direcţie precisă, ar învăţa fragmentar, sacadat, cu stagnări şi erori până la un rezultat oarecare. Dispunând de imaginaţie, poate să-şi elaboreze mintal scopul şi planul desfăşurării acvităţii, pe baza căruia să se conducă, să-şi regleze permanent acţiunile, să evite erorile şi să aibă mai mare eficienţă. Mai mult chiar, omul poate interveni activ, transformativ, creativ în ambianţă, poate obţine mereu ceva nou ceea ce l-a şi făcut să fie creator de cultură.

Imaginaţia este un proces cognitiv complex de elaborare a unor imagini şi proiecte noi, pe baza combinării şi transformării experienţei.

Acest proces cognitiv complex este specific numai omului, apare pe o anumită treaptă a dezvoltării sale psihice, adică după ce au apărut alte procese şi funcţii psihice care-i pregătesc desfăşurarea: dezvoltarea reprezentărilor, achiziţia limbajului, evoluţia inteligenţei, îmbogăţirea experienţei de viaţă etc.

De fapt, imaginaţia odată apărută interacţionează permanent cu toate procesele psihice şi mai ales cu memoria, gândirea şi limbajul. Procesul imaginativ include aceste interacţiuni în mod obligatoriu, însă în acelaşi timp el se deosebeşte de respectivele procese psihice şi dispune şi de mecanisme specifice de procesare a datelor experienţei anterioare.

Memoria este cea care oferă material de combinare pentru imaginaţie cum ar fi: reprezentări, idei, trăiri afective etc. şi, totodată, conservă produsele sale finale. Dar imaginaţia se deosebeşte clar de memorie. Aceasta are caracter reproductiv, adică este cu atât mai eficientă cu cât este mai fidelă faţă de cele învăţate, iar imaginaţia este cu atât mai valoroasă cu cât rezultatele sale se deosebesc de ceea ce există în experienţa subiectului şi mai ales faţă de ceea ce a dobândit societatea.

> Comparaţi şi comentaţi următoarele două situaţii relevând relaţia dintre imaginaţie şi memorie.
>
> Elevul A a vizitat un muzeu de istorie şi a doua zi la lecţie a reuşit să facă o foarte bună descriere a armelor de luptă din vremea lui Mihai Viteazul.
>
> Elevul B a reuşit ca pe baza celor comunicate de colegul lui să identifice corect între mai multe imagini pe cele ce au reprezentat armele cu care erau dotaţi oştenii lui Mihai Viteazul.

Prin urmare, imaginaţia trece dincolo de experienţa pe care o are fiecare, transformând-o, recombinând-o şi ajungând la noi rezultate.

O legătură foarte puternică există *între gândire şi imaginaţie*. Cele două procese se şi aseamănă, se şi deosebesc şi, totodată, se află în interacţiuni reciproce. Prin gândire, omul cunoaşte şi înţelege ceea ce este esenţial, necesar, general din realitatea existentă sau ceea ce este ipotetic, posibil, dar fundamentat logic. Imaginaţia explorează cu precădere necunoscutul, posibilul, viitorul. Tuturor ne sunt cunoscute cărţile lui Jules Vernes şi ştim că el a anticipat prin imaginaţie foarte multe descoperiri tehnice ale secolului al XX-lea. Prin imaginaţie, el a făcut



Amintiţi-vă cum şi-a imaginat Jules Vernes călătoria de la „Pământ la Lună" şi diferenţiaţi ceea ce i-a fost oferit de ştiinţa vremii şi ceea ce a fost produsul minţii sale.

paşi în necunoscut şi deşi plăsmuirile minţii sale nu aveau o confirmare faptică şi ştiinţifică, ele au contribuit la orientarea cercetărilor de mai târziu, au susţinut interesul şi eforturile creatorilor din domeniul tehnic.

Prin urmare, gândirea, inteligenţa oferă idei şi date asupra realului şi, totodată, ghidează într-o anumită măsură transformările imaginative. Imaginaţia la rândul ei participă la elaborarea ipotezelor, la găsirea unor strategii şi procedee practice de rezolvare a problemelor.

Imaginaţia implică mecanismele verbale în toate formele ei de manifestare. Cuvântul, ca instrument al activităţii mintale, permite evocarea selectivă a ideilor şi reprezentărilor, vehicularea şi punerea lor în cele mai variate relaţii, în raport cu ideea directoare formulată tot verbal.



Porniţi de la figura de mai jos şi faceţi un desen mai complex, urmând sugestiile verbale de la punctul a) şi apoi pe cele de la punctul b). Comparaţi rezultatele.

a) În depărtare se poate zări o siluetă feminină.

b) Vizitând muzeul de arheologie am rămas cu imaginea graţioasă a amforelor greceşti.

Dar spre deosebire de celelalte procese cognitive, imaginaţia are *o interacţiune specială cu afectivitatea*. Tensiunea emoţională pe care o trăieşte omul la un moment dat stimulează evocarea elementelor experienţei anterioare şi apoi combinarea variată şi neaşteptată a acestora. Emoţiile şi sentimentele sunt condiţii activatoare şi energizante ale imaginaţiei şi totodată direcţionări inedite şi personale ale combinărilor şi recombinărilor imaginative.

Se ştie că momentele de intense trăiri afective sunt urmate de un maximum al productivităţii imaginative. Vestea despre obţinerea unui premiu la olimpiadă ne proiectează repede, imaginativ, într-un posibil cadru festiv prilejuit de acest eveniment. Cercetările au arătat că nivelul crescut al afectivităţii, chiar când are o tonalitate negativă, este mai favorabil combinărilor imaginative decât trăirile afective pozitive, dar slabe.

La fel ca şi trăirile afective, *motivele întreţin o receptivitate crescută* pentru anumite elemente ale realului, permit aducerea acestora în prim-plan, reliefarea lor după alte criterii decât cele ale gândirii, generarea unor noi legături şi restructurări. *Dorinţa puternică* de a dispune de un telefon mobil de ultimă generaţie ne face repede să ne proiectăm imaginativ în grupul prietenilor şi să stârnim admiraţia lor. *Aspiraţia* de a urma medicina după terminarea liceului face ca cel în cauză să se viseze adesea în spaţiul specific instituţiilor medicale.



Formulaţi o idee referitoare la viitor şi scrieţi timp de trei minute ce vă vine în minte. Actualizaţi o dorinţă puternică şi scrieţi timp de trei minute ce vă vine în minte. Comparaţi cele două produse.

Imaginaţia este legată într-un fel specific chiar cu întreaga personalitate. Experienţa proprie de viaţă, orientările dominante, dinamica temperamentală, configuraţia caracterială ghidează combinările imaginative şi le finalizează în produse specifice pentru fiecare. Procesul şi produsul imaginativ exprimă personalitatea, originalitatea acesteia şi sunt ele însele noi şi originale atât faţă de experienţa individuala cât şi faţă de cea socială.



Încercaţi să arătaţi în ce fel o poezie a lui M. Eminescu exprimă şi particularităţi ale personalităţii lui.

Ca proces cognitiv, imaginaţia realizează o *procesare specială* a datelor iniţiale provenite din experienţă, datorită nu numai interacţiunilor complexe pe care le-am urmărit, ci şi unor procedee proprii şi unei combinatorici care-i sunt caracteristice.

Spre deosebire de gândire care dispune de operaţii, imaginaţia pune în lucru procedee numeroase şi variate.

Un procedeu imaginativ este un mod de operare mintală presupunând o succesiune mai mult sau mai puţin riguroasă de compuneri, descompuneri şi recompuneri, de integrări şi dezintegrări, care duc la rezultate variabile cantitativ şi calitativ.

Originalitatea combinărilor imaginative se explică atât prin varietatea procedeelor, cât şi prin libertatea de organizare şi desfăşurare a acestora. Combinatorica imaginativă este atât de nouă, inedită, originală, încât este considerată ca aflându-se într-o continuă naştere, într-o nelimitată generare de noi şi noi procedee şi organizări ale acestora. În cele ce urmează, ne vom referi la procedeele cele mai cunoscute şi mai des folosite.

Aglutinarea constă dintr-o nouă organizare a unor părţi uşor de identificat şi care au aparţinut unor lucruri, fiinţe, fenomene. Acest procedeu a fost mult folosit în mitologie, creându-se imaginea sirenei, centaurului etc. Astăzi se foloseşte în tehnică.



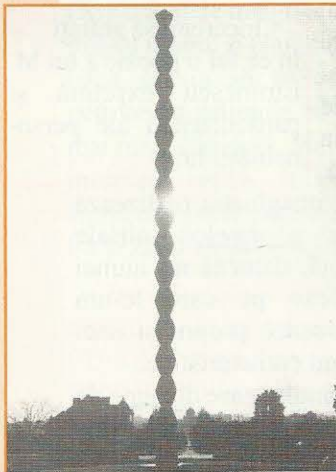
Daţi exemple de produse tehnice în care s-a materializat acest procedeu.

Amplificarea sau diminuarea se referă la modificarea dimensiunilor unei structuri iniţiale, obţinându-se efecte noi. A fost foarte mult folosită în crearea poveştilor pentru copii şi a personajelor cum ar fi Setilă, Flămânzilă, Uriaşul şi Piticul. A fost şi este folosită în literatura ştiinţifico-fantastică, dar şi în tehnică.



Daţi exemple din tehnică privind diminuarea şi amplificarea.

Multiplicarea sau omisiunea se referă la modificarea numărului elementelor, păstrându-se identitatea lor. Efectul nou rezultă din înmulţirea unor componente sau eliminarea unora. În creaţia artistică, aceste procedee sunt mereu utilizate. *Coloana infinitului* (vezi figura alăturată) şi *Masa tăcerii*, creaţii celebre ale lui C Brâncuşi, ilustrează multiplicarea. Ciclopul din mitologie ilustrează omisiunea.



Coloana infinitului, de C. Brâncuşi



Daţi exemple din tehnică şi din literatura ştiinţifico-fantastică de produse imaginative noi, rezultate prin multiplicare şi omisiune.

Diviziunea şi rearanjarea: primul procedeu constă din găsirea unor noi criterii de diferenţiere a componentelor unor obiecte existente, selectarea unora dintre ele şi transformarea lor în produse noi. Astfel, pornindu-se de la funcţiile organismului uman, s-a realizat în tehnică braţul mecanic. Rearanjarea presupune păstrarea elementelor unei structuri cunoscute, dar dispunerea lor într-o altă poziţie. De exemplu, construirea unor autoturisme cu motor în faţă sau în spate.

Daţi exemple de bunuri de larg consum realizate prin rearanjare.

Substituirea constă în înlocuirea într-o structură existentă a unui element sau a unei funcţii cu ceva nou. De exemplu, în artă substituirea de personaje dă efecte deosebite.

Daţi exemple de substituiri din domeniul tehnic.

Modificarea presupune păstrarea neschimbată a unor componente şi funcţii ale obiectelor cunoscute şi modificarea altora. De exemplu, botaniştii au modificat culoarea şi au obţinut laleaua neagră.

Daţi alte exemple din tehnică prin care se ilustrează folosirea acestui procedeu.

Schematizarea este un procedeu folosit mult în proiectarea tehnică, în grafică, în arhitectură. El constă în selecţia numai a unor însuşiri şi omiterea cu bună ştiinţă a altora pentru a servi mai bine activităţii omului. Schiţa unui traseu într-un mare oraş oferită de cineva unui şofer a fost alcătuită pe baza acestui procedeu şi a fost debarasată de amănuntele inutile.

Faceţi desenul schematic al unui arbore şi arătaţi care sunt avantajele în predarea unei lecţii despre acea categorie de plante.

Analogia a stat la baza multor inovaţii şi invenţii în tehnică şi a unor descoperiri în ştiinţă. Acest procedeu presupune, mai întâi, relevarea însuşirilor comune a două obiecte sau fenomene şi a celor cunoscute numai la unul din obiecte. Apoi, pe baza însuşirilor comune, se pot trage concluzii referitoare şi la prezenţa celorlalte însuşiri ale celui de-al doilea obiect, care nu pot fi cunoscute direct. Pe baza unui astfel de procedeu, s-a elaborat prin analogie cu cosmosul modelul atomului, care a permis cunoaşterea multor aspecte relaţionale între particulele sale elementare.

Arătaţi cât de mult s-a folosit analogia în apariţia computerelor.

Empatia este aplicată în artă, tehnică, educaţie. Este o transpunere imaginară în plan perceptiv, intelectiv, afectiv în altceva, acest altceva putând fi o altă persoană, un obiect, un fenomen etc., facilitând descoperirea de noi aspecte şi înţelesuri. Manifestând empatie faţă de elevi, profesorul reuşeşte să-i înţeleagă mai bine, să descopere greutăţile pe care le-ar putea avea şi să găsească modalităţi de predare care i-ar ajuta să le depăşească.



Transpuneţi-vă empatic în locul părinţilor voştri şi identificaţi aşteptările lor faţă de comportamentele şi realizările voastre.

Produsul procesului imaginativ exprimă particularităţile desfăşurării acestuia şi, prin urmare, este un proiect mintal, adică o *îmbinare caracteristică de imagini şi idei* caracterizată prin *noutate, originalitate şi specificitate personală* (reflectând personalitatea).

6.2. Formele principale ale imaginaţiei

Fiind un proces foarte complex, imaginaţia se desfăşoară în forme variate. Ele au fost clasificate după mai multe criterii, dar cele mai des folosite au fost prezenţa intenţionalităţii şi implicarea activă în actele imaginative:

- *formele involuntare*: visul din timpul somnului şi reveria;
- *formele voluntare:* reproductivă, creatoare, visul de perspectivă.

Visul din timpul somnului constă dintr-o înlănţuire de imagini, emoţii şi reflecţii care apar în starea de somn paradoxal şi faţă de care subiectul este mai mult spectator, neputându-l dirija şi înţelege imediat şi astfel îi apar haotice şi absurde. În unele vise, imaginile se desfăşoară cu o anumită coerenţă, ca scenele unei piese de teatru, de aceea se spune că au caracter scenic. Această caracteristică este explicată de unii autori printr-o energie potenţială a imaginilor izvorâtă din asocierea lor cu trăirile afective, cu dorinţele şi aşteptările persoanei care în stare de veghe nu sunt satisfăcute şi sunt chiar inhibate conştient şi voluntar. În stare de somn când reglajele slăbesc, dorinţele şi temerile apar în prim-plan şi actualizează acele imagini legate de ele. Unele dorinţe pot fi respinse în stare de veghe. Efectul reprimării se poate păstra însă şi de aceea dorinţele se pot asocia cu imagini ce reprezintă un fel de satisfacere deghizată a lor (Freud). De aceea visele au şi un caracter simbolic şi trebuie descifrate. Pentru aceasta este necesară descoperirea legăturii lor cu acţiunile, relaţiile, preocupările persoanei în stare de veghe.



Caracterul scenic al unui vis



Amintiţi-vă un vis recent şi încercaţi să găsiţi legătura lui cu evenimentele din starea de veghe.

În vis, se petrec şi fenomene de reordonare şi sistematizare a informaţiilor. De aceea, combinările din timpul visului fie le vor sprijini pe cele din starea de veghe, fie vor fi chiar rezolvări ale problemelor teoretice şi practice care îl frământă pe om.

Reveria se desfăşoară în timpul stărilor de veghe şi de relaxare, când parcă cel în cauză îşi lasă gândurile să vagabondeze. Pornind de la ceea ce vede sau de la o idee care i-a rămas în minte, încep să apară şiruri de imagini şi idei propulsate de dorinţe şi aşteptări. Acestea evoluează într-o direcţie fantezistă, iar persoana le urmăreşte pasiv şi din când în când poate interveni cu o uşoară dirijare în direcţia dorinţelor.

Reveria este un fel de experiment mintal privind îndeplinirea fictivă a dorinţelor şi reducând astfel tensiunea psihică internă generată de ele. Totodată, reveria poate ocaziona combinaţii noi şi originale care pot fi valorificate în formele superioare ale imaginaţiei. De aceea, unii autori recomandă reveria de scurtă durată ca pe o cale a stimulării creativităţii. Dar reveria prelungită poate fi defavorabilă dezvoltării personalităţii pentru că satisfacerea fictivă a dorinţelor poate anula activităţile reale, practice, eficiente.

Imaginaţia reproductivă este o formă activă, conştientă şi voluntară constând în construirea mintală a imaginii unor realităţi existente în prezent sau în trecut, dar care nu pot fi percepute direct. Această formă a imaginaţiei se deosebeşte de memoria imaginilor pentru că produsele ei nu au corespondent în experienţa

anterioară proprie și sunt, în același timp, rezultatul unui proces activ, în plină desfășurare. Ea este cu atât mai valoroasă cu cât produsele ei se apropie mai mult de real.

Combinarea de idei și imagini se realizează sub influența unor indicații concrete, a unor schițe sau, cel mai frecvent, a indicațiilor și descrierilor verbale. Imaginația reproductivă lărgește foarte mult câmpul mintal. Ea ușurează, totodată, înțelegerea unor realități mai abstracte (la fizică, matematică, chimie) sau a evenimentelor istorice, fenomenelor geografice, a vieții și sorții personajelor din literatură etc. Imaginația reproductivă întreține interesul și starea optimă de atenție în lectura unei cărți.

Imaginația creatoare este cea mai activă, mai complexă și voluntară formă a imaginației. Ea se deosebește de cea reproductivă pentru că este orientată spre ceea ce *este posibil, ce ține de viitor și este nou.*



Transfigurare imaginativă

Combinatorica sa este complexă, desfășurată în mai multe faze și caracterizată prin: bogăția procedeelor, ineditul utilizării lor, valorificarea combinațiilor inconștiente, implicarea tuturor disponibilităților personalității, susținerea afectiv-motivațională valoroasă.

Produsul imaginației creatoare este un proiect mintal caracterizat prin: noutate, originalitate, ingeniozitate, personalizare.

Printre cei mai puternici stimuli ai imaginației creatoare sunt: interesul pentru nou, trebuința de autorealizare, încrederea în posibilitățile proprii, curiozitatea, tendința de a explora necunoscutul.

> Care dintre acești fac-tori credeți că au impuls[...] imaginația creatoare a lui J[...] Verne și l-au făcut să scrie [...] la Pământ la Lună"?

Ea este implicată în toate activitățile omului favorizând apariția ipotezelor, inventarea de căi și mijloace de acțiune, ducând la noi rezultate.

Visul de perspectivă constă în proiectarea conștientă și voluntară a drumului propriu de dezvoltare în acord cu posibilitățile personale și cu condițiile și cerințele sociale. Acesta contribuie la formarea idealului de viață și prin el la motivarea activităților curente, a opțiunilor profesionale, a acțiunilor de autoformare și autoeducare.

Formele principale ale imaginației	
involuntare și pasive	**voluntare și acti[...]**
• visul din somn • reveria	• imaginația reproduc[...] • imaginația creatoa[...] • visul de perspectiv[...]

6.3. Imaginația ca proces predilect al creativității

Mulți oameni de știința au susținut că pentru creația din orice domeniu nu sunt suficiente numai construcțiile logice. Acestea din urmă se caracterizează prin rigoare, printr-o desfășurare ce presupune respectarea strictă a unor reguli și în cadrele circumscrise raționalului, realului, existentului. Ori prin specificul său, imaginația explorează necunoscutul, inexistentul, chiar incredibilul, lărgind considerabil câmpul cunoașterii umane, inovând, inventând, generând noul. În actul creației, imaginația interacționează cu gândirea convergentă, dar mai ales cu cea divergentă, productivă, dar pe care le completează și le depășește.

Disponibilitatea pentru creație a imaginației se explică prin următoarele trăsături centrale ale ei:

- prelucrează un material cognitiv divers: imagini, idei și mai ales imagini conceptualizate și semnificative. Acestea din urmă presupun o unitate a intuitivului cu generalul, fiind mai bogate informațional și având un mare potențial de asociere;

- valorifică toate combinaţiile care apar în sfera subconştientului şi inconştientului, amplificându-şi potenţialul creator;
- dispune de procedee specifice de procesare a datelor experienţei anterioare şi de o mare libertate în organizarea şi desfăşurarea lor;
- este susţinută de procese afectiv motivaţionale care pun în centrul transformărilor imaginative Eul şi dau astfel o perspectivă umană tuturor dimensiunilor sale;
- este legată de toate procesele şi capacităţile psihice şi mai ales de personalitatea pe care o exprimă şi îi oferă noi direcţii de autorealizare.

Locul său central în manifestarea personalităţii poate fi îndeplinit numai în condiţiile unei strânse legături cu gândirea care-i susţine, verifică şi evaluează rezultatele şi o fereşte de greşeli şi alunecări în fantezii inutile.



Într-un astfel de produs imaginativ, cum este proiectul locuinţelor extraterestre, arătaţi care este implicarea gândirii şi care a imaginaţiei.

APLICAŢII

1. Adăugaţi linii la figurile incomplete de mai jos (1-9) astfel încât să puteţi schiţa tablouri cât mai interesante. Încercaţi să imaginaţi desene cu totul neobişnuite la care alţii să nu se poată gândi.

Daţi, de asemenea, un titlu cât mai original fiecărui desen realizat şi scrieţi-l pe linia numerotată din cadrul fiecărei figuri. Comparaţi rezultatele.

1. ______________	2. ______________	3. ______________
4. ______________	5. ______________	6. ______________
7. ______________	8. ______________	9. ______________

2. Se vor alege trei cuvinte cum ar fi: noapte, barcă, viitor. Elevii vor face cât mai multe propoziţii sau fraze cu înţeles şi în fiecare să fie incluse, în mod obligatoriu, cele trei cuvinte alături de altele alese de ei.

Se vor acorda două minute pentru scrierea propoziţiilor şi frazelor. Se vor număra propoziţiile şi frazele scrise de fiecare elev şi apoi se va analiza implicarea experienţei anterioare şi a motivaţiei în rezolvarea sarcinilor date. Se vor releva atât aspectele generale cât şi cele particulare, personale.

3. Alegeţi două cuvinte, unul să fie pentru dumneavoastră relativ neutru, iar altul să aibă o puternică încărcătură afectivă. Construiţi două desene şi comparaţi-le constatând apoi rolul trăirilor afective evocate de acel cuvânt.

4. Comparaţi visul din timpul somnului cu reveria şi stabiliţi asemănări şi deosebiri.

5. Rugaţi un coleg să vă descrie un elev dintr-o altă clasă pe care el îl cunoaşte foarte bine, dar dumneavoastră nu, şi apoi mergeţi împreună cu el ca să-l recunoaşteţi. Vă măsuraţi astfel calităţile imaginaţiei reproductive.

6. Dacă ţi-ai construit deja un ideal de viaţă, arată în ce fel a contribuit visul de perspectivă la apariţia lui.



1. Motivaţia

Procesele sau mecanismele psihice parcurse până acum sunt absolut necesare, dar nu şi suficiente. Este de ajuns, ne putem întreba, ca scopul unei activităţi să fie clar, corect şi riguros formulat pentru ca activitatea respectivă să conducă la eficienţă? Este suficient ca omul să dispună de o bună percepţie şi memorie, de o gândire flexibilă şi de o imaginaţie bogată pentru a fi şi performant? Fără îndoială că nu. Atâta vreme cât el nu este împins, determinat, stimulat pentru a face ceva sau a învăţa, a munci, a crea, nu va obţine performanţele dorite. O nouă serie de întrebări apare: de ce reacţionează oamenii? De ce unul şi acelaşi om reacţionează diferit în momente diferite? Răspunsul este limpede: deoarece intră în funcţiune o nouă categorie de mecanisme psihice cu rol de stimulare şi activare, de sensibilizare selectivă şi imbold, încadrate în categoria generală de motivaţii.

1.1. Definire, funcţii şi roluri

Motivaţia este ansamblul stimulilor interni care determină comportamentul.

Atenţie! Până acum, când utilizam noţiunea de stimul, ne refeream la obiectele externe. De data aceasta, avem în vedere stimuli care din interior îl determină pe om să întreprindă acţiuni de căutare şi apropiere sau de evitare şi respingere a unor obiecte sau persoane.

Motivaţia este ansamblul stărilor de necesitate ale organismului care orientează şi dirijează comportamentul pe direcţia satisfacerii lor.

Ea apare atunci când în organism se produce un dezechilibru ce se cere imperios refăcut. Diminuarea sau lipsa substanţelor nutritive din organism declanşează trebuinţele organice (de foame, sete).

Motivaţia este mecanismul psihic dotat cu capacitatea de a permite acţiunea independent de factorii exteriori. Ea este o „cauză internă", o structură psihică activatoare şi predispozantă, cu roluri de autodeterminare prin stimulaţii interne.

Funcţiile motivaţiei sunt următoarele:

• *Funcţia de activare internă difuză şi de semnalizare a unui dezechilibru fiziologic sau psihologic.* În această fază, starea de necesitate apare, dar nu declanşează încă acţiunea. De obicei, această funcţie este specifică trebuinţelor care au o dinamică deosebită: debutează cu o alertă internă, continuă cu o agitaţie crescândă, ajungând chiar la stări de mare încordare internă, pentru a se finaliza prin satisfacerea lor.

• *Funcţia de declanşare a acţiunilor efective* asigură pregătirea şi punerea în disponibilitate a verigilor motorii, activatorii, în vederea satisfacerii stării de necesitate.

• *Funcţia de direcţionare* constă în orientarea şi centrarea atenţiei pe scop, pe obiectiv; lipsa ei face ca motivaţia să rămână dezordonată, haotică, să se consume în gol.

• *Funcţia de susţinere şi energizare* presupune menţinerea în activitate a comportamentului declanşat până la consumarea adecvată a stării de necesitate.

> Gândiţi-vă la o stare de necesitate a organismului trăită de voi înşivă. Analizaţi „funcţiile" ei.

Esenţial pentru motivaţie este faptul că ea *instigă, impulsionează, declanşează acţiunea*, iar acţiunea prin intermediul conexiunii inverse influenţează însăşi baza motivaţională şi dinamica ei.

Motivaţia este o *pârghie* importantă în procesul autoreglării individului, *o forţă motrică* a întregii sale dezvoltări psihice şi umane. Aceasta înseamnă că selectarea şi asimilarea, ca şi sedimentarea influenţelor externe se vor produce dependent de structurile motivaţionale ale persoanei. Motivaţia sensibilizează diferit persoana la influenţele externe, făcând-o mai mult sau

mai puțin permeabilă la ea. Acum, înțelegem mai bine de ce una și aceeași influență externă produce efecte diferite la persoane diferite sau la aceeași persoană în momente diferite ale existenței sale. Motivația prin caracterul ei propulsator și tensional *răscolește și reașază, sedimentează și amplifică materialul construcției psihice a individului.*

1.2. Tipuri de motivație

Motivația este o noțiune „umbrelă" cu o sferă extrem de extinsă în interiorul ei încadrându-se diferite tipuri, cele mai cunoscute fiind: *trebuințele, motivele, interesele, convingerile, idealurile, concepția despre lume și viață.*

Trebuințele sunt structuri motivaționale bazale și fundamentale ale personalității, forțele ei motrice cele mai puternice reflectând, cel mai pregnant, echilibrul biopsihosocial al omului în condițiile solicitărilor mediului extern.

Ele semnalizează cerințele de reechilibrare în forma unor stări și imbolduri specifice.

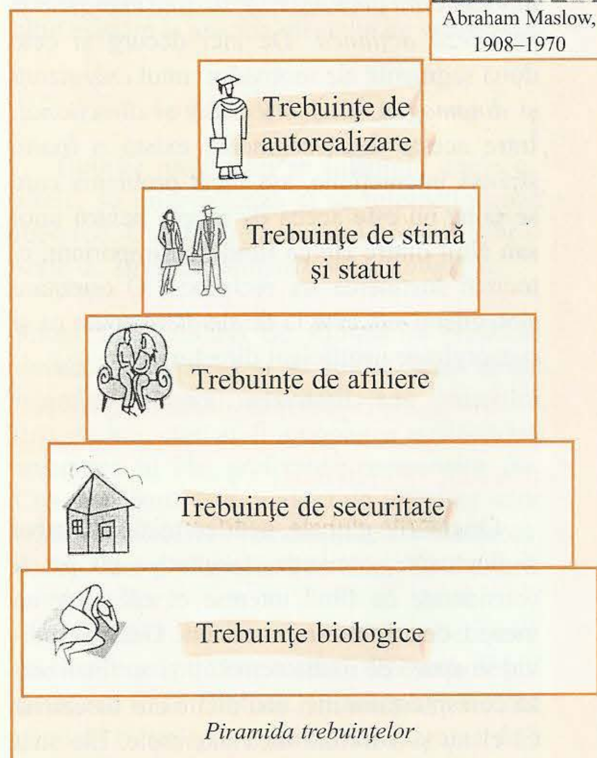


În funcție de geneza și conținutul lor, pot fi clasificate în: ***trebuințe primare*** (înnăscute, cu rol de asigurare a integrității fizice a organismului) și ***trebuințe secundare*** (formate în decursul vieții și cu rol de asigurare a integrității psihice și sociale a individului). În categoria primelor, se încadrează: trebuințele ***biologice*** sau ***organice*** (de foame, sete, sexuale) și trebuințele ***fiziologice*** sau ***funcționale*** (de mișcare, relaxare-descărcare). Ele sunt comune pentru om și animal, dar la om sunt modelate și instrumentate sociocultural. Cea de a doua categorie cuprinde: trebuințe ***materiale*** (de locuință, confort, de unelte și instrumente); trebuințe ***spirituale*** (de cunoaștere, estetice, etice, de realizare a propriei personalități); trebuințe ***sociale*** (de comunicare, anturaj și integrare socială, de cooperare etc.).

O clasificare interesantă a trebuințelor este făcută de psihologul american A. H. Maslow. El stabilește cinci categorii de trebuințe fundamentale, pe care le organizează și structurează într-o „piramidă a trebuințelor" (vezi figura de mai jos). La acestea, a mai adăugat alte trei categorii de trebuințe (cognitive, estetice, de concordanță). Precizări făcute de el: o trebuință este cu atât mai improbabilă cu cât este mai continuu satisfăcută (ceea ce înseamnă că trebuința care motivează comportamentul este cea nesatisfăcută); o trebuință nu apare ca motivație decât dacă cea anterioară ei a fost satisfăcută (ceea ce sugerează existența unei ordini, a unei succesiuni în satisfacerea lor); apariția unei trebuințe noi după satisfacerea alteia anterioare nu se face brusc, ci treptat; cu cât o trebuință se află mai spre vârful piramidei, cu atât ea este mai specific umană (acestea sunt mai puțin urgente din punct de vedere subiectiv, însă satisfacerea lor produce fericire, crește eficiența biologică a organismului). Pe baza acestei piramide, putem explica înlănțuirea trebuințelor, trecerea de la unele la altele, înlocuirea unora cu altele, reușind să înțelegem mai bine însăși conduita individului.



Abraham Maslow, 1908–1970



Piramida trebuințelor

Satisfacerea firească a trebuinţelor se asociază cu reducerea tensiunilor, nesatisfacerea lor duce fie la dilatarea şi exacerbarea acestora, fie la stingerea lor prin saturaţie şi reacţie de apărare, însoţită de perturbări caracteriale. Nesatisfacerea lor o perioadă mai îndelungată de timp pune în pericol existenţa fizică şi psihică a individului.

Motivele constituie reactualizări şi transpuneri în plan subiectiv ale stărilor de necesitate.

Când individul îşi dă seama de deficitul de substanţe nutritive din organism şi se orientează spre înlăturarea lui, trebuinţa s-a transformat deja în motiv. Nu toate motivele sunt însă conştiente. Există unele motive inconştiente al căror substrat nu este clar delimitat, dar care îndeplinesc un rol important în activitate. Spre deosebire de trebuinţă, care nu întotdeauna reuşeşte să declanşeze o acţiune, motivul asigură efectuarea comportamentelor corespunzătoare de satisfacere. Aşadar, motivul poate fi definit ca fiind *mobilul care declanşează, susţine energetic şi orientează acţiunea.* De aici decurg şi cele două segmente ale motivului: unul *energizant* şi *dinamogen,* altul *orientativ* şi *direcţional.* Între aceste două segmente există o foarte strânsă interacţiune, aşa încât problema care se pune nu este aceea de a opta pentru unul sau altul dintre ele ca fiind mai important, ci tocmai susţinerea lor reciprocă. O orientare slab energizată este la fel de dăunătoare ca şi o energizare insuficient direcţionată.

Interesele reprezintă orientări selective, relativ stabile şi active spre anumite domenii de activitate.

Orientările globale, nediferenţiate, situative şi fluctuante, oscilante, facultative nu pot fi considerate ca fiind interese ci cel mult un început de cristalizare a acestora. Dacă un individ se apucă de multe activităţi şi nu finalizează corespunzător nici una dintre ele, înseamnă că el nu şi-a format încă interesele. Ele sunt tendinţe, preferinţe spirituale, atracţii irezistibile ale individului centrate pe un obiect fizic, o persoană sau o activitate, fără a viza foloase materiale sau avantaje. Un autor le-a definit ca fiind „tendinţa de a ne ocupa de anumite obiecte, de a ne plăcea anumite activităţi". Interesele sunt formaţiuni motivaţionale mai complexe decât trebuinţele şi motivele deoarece implică organizare, constanţă şi eficienţă. În structura lor psihică intră elemente cognitive, afective şi volitive. Orientarea spre o activitate presupune prezenţa unor cunoştinţe, intrarea în funcţiune a activismului mintal, trăirea ei ca stare agreabilă care produce plăcere, dar care, totodată, împinge spre acţiune, spre control, spre punerea în disponibilitate a unor calităţi ale voinţei (hotărârea, perseverenţa etc.).

Arată cum o trebuinţă se transformă în motiv, apoi în interes.

Convingerile sunt idei adânc implantate în structura personalităţii, puternic trăite afectiv, care împing, impulsionează spre acţiune.

Nu orice idee este convingere, ci doar cea care reprezintă pentru individ o valoare, o certitudine subiectivă, care îl ajută să stabilească ceea ce este valabil, optim, necesar, să distingă între bine şi rău, frumos şi urât, adevăr şi minciună. Aşadar, sunt convingeri numai *ideile-valoare* care se contopesc cu trebuinţele şi dorinţele individului, cu aspiraţiile şi năzuinţele lui, cu trăsăturile lui de personalitate. Ele îşi au rădăcinile adânc înfipte în afectivitatea insului, în emoţiile, sentimentele şi pasiunile sale. Mai mult decât atât, ele se impun în comportament, îl orientează permanent de aceea sunt nu doar constant promovate, ci şi virulent apărate mai ales când sunt contrazise şi atacate. În aceste împrejurări, ele devin adevărate *idei-forţă.* Convingerile intră în funcţiune în împrejurări de alegere sau conflict valoric. Dacă sunt foarte puternice, de nezdruncinat, ele pot acţiona chiar şi împotriva instinctului de conservare. Mulţi oameni celebri, cum ar fi filosofii Giordano Bruno (vezi figura alăturată), Thomas Morus, au murit pentru convingerile lor.



Giordano Bruno, 1548–1600

Idealurile reprezintă proiecţii ale individului în sisteme de imagini şi idei care îi ghidează întreaga existenţă.

Ele reflectă şi transfigurează atât experienţa proprie, cât şi experienţa semenilor devenind, în cele din urma, anticipări, generalizări şi optimizări ale proiectului existenţial. Idealul nu reprezintă o simplă formulă cognitivă de viaţă, preluată necritic din afară prin imitaţie, ci este plămădit de individ în funcţie de particularităţile lui proprii. Numai în felul acesta, el se integrează valorilor personalităţii, iar cu timpul devine o valoare personală, reuşind să motiveze comportamentul. Cercetările româneşti de psihologie au arătat că în structura psihologică a idealului se includ trei elemente fundamentale: *sensul şi semnificaţia vieţii* (direcţia spre care se orientează o persoană, definită în funcţie de modul de existenţă socială, cultură spirituală, valoare morală); *scopul vieţii* (ca obiectiv al vieţii, ca valoare personală supremă ce prefigurează destine, ca o componentă intelectual-voluntară, dar şi axiologică a idealului); *modelul de viaţă* (ghidul propus a fi urmat şi atins, un fel de Eu ideal care călăuzeşte viaţa). Idealul (moral, filosofic, estetic, polititc, existenţial etc.), ca ceva ce nu există, dar ar putea fi, ca motiv central al existenţei, ca opţiune valorică şi programatică de viaţă, ca „stea călăuzitoare" reprezintă o adevărată *forţă spirituală* , decisivă pentru individ.

Concepţia despre lume şi viaţă constituie o formaţiune motivaţională cognitiv-valorică de maximă generalitate, ce cuprinde ansamblul părerilor, ideilor, teoriilor despre om, natură, societate.

Ideile şi teoriile din cadrul ei nu au doar o valoare de fapt de cunoaştere, ci şi de convingeri. Ea reprezintă o structură motivaţională globală cu rol strategic în raport cu orientarea comportamentului. Formată sub incidenţa condiţiilor de viaţă, dar şi a culturii şi educaţiei, fiind rezultanta experienţelor personale trăite pe drumul sinuos şi singular al vieţii, ea reuneşte cognitivul cu valoricul şi se împlineşte în acţiune. Existând concepţii ştiinţifice sau neştiinţifice, realiste sau utopice (fanteziste), materialiste sau idealiste, progresiste sau retrogradate, ea presupune întotdeauna opţiunea valorică. De aceea, între convingeri, idealuri şi concepţia despre lume şi viaţă există o foarte strânsă interdependenţă, împreună constituind un complex motivaţional de prim ordin al personalităţii.



Gândiţi-vă la propriile voastre resorturi motivaţionale.

Puteţi identifica printre ele convingeri, idealuri şi concepţii despre viaţă, lume, societate?

În procesul funcţionalităţii concrete a acestor tipuri de motivaţii, apar o multitudine de efecte. Astfel, dacă un tip de motivaţie este împiedicat, barat, privat de satisfacerea legitimă apare efectul *frustrării*. Dacă la un moment dat sunt activate concomitent două sau mai multe tipuri de motive contradictorii, apare *conflictul motivaţional*. Satisfacerea deplină, chiar în exces a unor tipuri de motivaţii, generează efectul de *saturaţie*. Când un scop sau un obiect al motivaţiei este înlocuit cu un altul asistăm la apariţia efectului de *substituţie*.

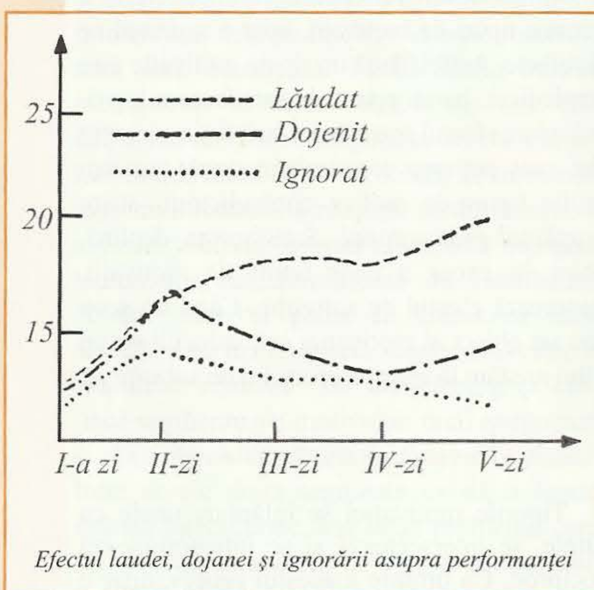
1.3. Structuri motivaţionale

Tipurile motivaţiei se înlănţuie unele cu altele, se intersectează şi se interacţionează reciproc. Ca urmare a acestui proces, apar o serie de *structuri motivaţionale complexe*.

• **Motivaţia pozitivă şi motivaţia negativă** Prima este produsă de stimulările premiale (lauda, încurajarea) şi se soldează cu efecte benefice asupra activităţii sau relaţiilor interumane, cum ar fi apropierea activităţilor, angajarea în ele, preferarea persoanelor etc. Cea de a doua este produsă de folosirea unor stimuli aversivi (ameninţarea, blamarea, pedepsirea) şi se asociază cu efecte de abţinere, evitare, refuz.

Interesant din acest punct de vedere este un experiment organizat de psihologul american E. B. Hurlock. El a împărţit o clasă de elevi în trei grupe care aveau sarcina de a rezolva timp de 5 zile probleme simple de

aritmetică. Înainte de începerea activității, primului grup de copii i se aduceau elogii pentru modul de îndeplinire a activităților din ziua precedentă, celui de al doilea grup i se făceau observații, iar ultimul grup nu era nici lăudat, nici dojenit. S-a constatat că cea mai eficace a fost lauda deoarece s-a asociat cu instalarea unor stări afective pozitive, tonifiante; utilitatea dojenelilor scade pe masură ce se utilizează continuu dat fiind faptul că produce stări afective neplăcute; cea mai neeficientă este ignorarea deoarece în cazul ei lipsesc trăirile afective (vezi figura de mai jos).



Efectul laudei, dojanei și ignorării asupra performanței

- **Motivația intrinsecă și motivația extrinsecă**

Această clasificare are în vedere raportarea motivației la sursa ei producătoare. Dacă sursa generatoare se află în subiect, în nevoile și trebuințele lui personale, dacă ea este solidară cu activitatea desfășurată de subiect, atunci vorbim de existența unei motivații directe sau intrinseci. Specificul acestei forme de motivație constă în satisfacerea ei prin însăși îndeplinirea acțiunii adecvate ei. Când cineva se plimbă pentru plăcerea de a se plimba, citește o carte pentru că îl interesează, joacă tenis pentru că este atras de această acțiune, învață din nevoia de a-și ține trează trebuința de orientare și investigație, atunci spunem că este animat de o motivație intrinsecă. Dacă sursa generatoare a motivației se află în afara subiectului, fiindu-i sugerată acestuia sau chiar impusă de o altă persoană, dacă ea nu izvorăște din specificul activității desfășurate, atunci avem de a face cu o motivație indirectă sau extrinsecă. Un copil care învață pentru notă sau pentru că i s-a promis un cadou, un tânăr care optează pentru o profesiune datorită salariului mare garantat pentru practicarea ei, sunt impulsionați de motivații extrinseci.

- **Motivația cognitivă și motivația afectivă**

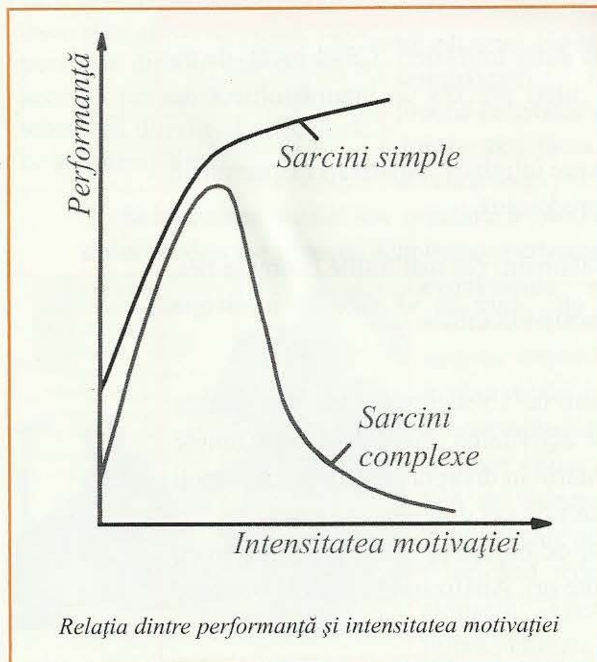
Prima își are originea în activitatea exploratorie, în nevoia de a ști, de a cunoaște, de a fi stimulat senzorial, forma ei tipică fiind curiozitatea pentru nou, complex, pentru schimbare. Se numește cognitivă deoarece acționează dinlăuntrul proceselor cognitive (dinlăuntrul percepției, gândirii, memoriei, imaginației), stimulând activitatea intelectuală din aproape în aproape. Astfel, de la explorare se trece la reproducere, de aici la înțelegere, apoi la interes științific, pentru ca în final să se ajungă la înclinația creativă. Ea își găsește satisfacția în nevoia de a înțelege, explica, rezolva ca un scop în sine. Motivația afectivă este determinată de nevoia omului de a obține aprobarea din partea altor persoane, de a se simți bine în compania altora. Când copiii învață pentru a-și satisface părinții sau pentru a nu pierde aprobarea, dragostea lor, spunem că sunt animați de o motivație afectivă.

1. Cum pot fi apreciate aceste structuri motivaționale din perspectiva productivității?
Ele sunt inegal sau egal productive?
Argumentați.
2. Prin ce mijloace și modalități putem cr[...] gradul de eficiență a diferitelor structuri mo[...]ționale?
Enumerați câteva dintre ele.

1. 4. Motivație și performanță. Optimum motivațional

Motivația nu trebuie considerată și interpretată în sine, ca un scop în sine, ci pusă în slujba obținerii unor performanțe înalte. *Performanța este un nivel superior de îndeplinire a scopului*. Din perspectiva diferitelor forme ale activității umane (joc, învățare, muncă, creație) ceea ce interesează este valoarea motivației și eficiența ei propulsivă. În acest context, problema relației dintre motivație și performanță are nu doar o importanță teoretică, ci și una practică.

Relația dintre motivație, mai corect spus dintre intensitatea motivației și nivelul performanței este dependentă de complexitatea activității (sarcinii) pe care subiectul o are de îndeplinit. Cercetările psihologice au arătat că în sarcinile simple (repetitive, rutiniere, cu componente automatizate, cu puține alternative de soluționare) pe măsură ce crește intensitatea motivației, crește și nivelul performanței. În sarcinile complexe însă (creative, bogate în conținut și în alternative de rezolvare), creșterea intensității motivației se asociază până la un punct cu creșterea performanței, după care aceasta din urmă scade (vezi figura de mai jos).



Relația dintre performanță și intensitatea motivației

Eficiența activității depinde însă nu numai de relația dintre intensitatea motivației și complexitatea sarcinii (care poate fi sarcină de învățare, de muncă sau de creație), ci și de relația dintre intensitatea motivației și gradul de dificultate a sarcinii cu care se confruntă individul. Cu cât între mărimea intensității motivației și gradul de dificultate a sarcinii există o mai mare corespondență și adecvare, cu atât eficința activității va fi asigurată. În acest context, în psihologie a apărut ideea **optimumului motivațional**, adică a unei intensități optime a motivației care să permită obținerea unor performanțe înalte sau cel puțin a celor scontate.

De optimum motivațional, putem vorbi în două situații:

• **când dificultatea sarcinii este percepută (apreciată) corect de către subiect.**

În acest caz, optimum motivațional înseamnă relația de corespondență, chiar de echivalență între mărimile celor două variabile. Dacă dificultatea sarcinii este mare, înseamnă că este nevoie de o intensitate mare a motivației pentru îndeplinirea ei. Dacă dificultatea sarcinii este medie, o motivație de intensitate medie este suficientă pentru soluționarea ei etc;

• **când dificultatea sarcinii este percepută (apreciată) incorect de către subiect.**

În acest caz, ne confruntăm cu două situații tipice: fie cu subaprecierea semnificației sau dificultății sarcinii, fie cu supraaprecierea ei. Ca urmare, subiectul nu va fi capabil să-și mobilizeze energiile și eforturile corespunzătoare îndeplinirii sarcinii. Într-un caz, el va fi *submotivat*, va activa în condițiile unui deficit energetic, ceea ce va duce în final, la nerealizarea sarcinii. În cel de al doilea caz, subiectul este *supramotivat*, activează în condițiile unui surplus energetic care l-ar putea dezorganiza, stresa, i-ar putea cheltui resursele energetice, chiar înainte de a se confrunta cu sarcina. Când un elev tratează cu ușurință sau supraestimează importanța unei teze sau a unui examen va ajunge la același efect: eșecul. În aceste condiții pentru

a obține un optimum motivațional este necesară o *ușoară dezechilibrare* între intensitatea motivației și dificultatea sarcinii. De exemplu, dacă dificultatea sarcinii este medie, dar este apreciată (incorect) ca fiind mare, atunci o intensitate medie a motivației este suficientă pentru realizarea ei (deci o ușoară submotivare). Optimumul motivațional se obține prin acțiunea asupra celor două variabile care intră în joc: obișnuirea indivizilor de a percepe cât mai corect dificultatea sarcinii (prin atragerea atenției asupra importanței ei, prin sublinierea momentelor ei mai grele etc.) sau prin manipularea intensității motivației în sensul creșterii sau scăderii ei (introducerea unor emoții puternice de anxietate sau frică ar putea crește intensitatea motivației, anunțarea elevilor sau a subordonaților că în curând va avea loc o inspecție se soldează cu același efect).

În cadrul activității, trebuie să ne mulțumim nu cu orice fel de performanță, ci cu performanțe cât mai bune, cât mai înalte, care să însemne nu doar o simplă realizare a personalității, ci o autodepășire a posibilităților ei.

Stimulul motivațional care împinge spre realizarea unor progrese și autodepășiri evidente poartă denumirea de nivel de aspirație.

Acesta trebuie raportat la posibilitațile și aptitudinile subiectului (un 7 va fi un nivel de aspirație crescut pentru un elev slab, acceptabil pentru unul mediocru, dar o decepție pentru unul bun). Pentru elevii slabi și mediocri, nivelurile de aspirație relativ scăzute reprezintă succes, în timp ce pentru cei cu aptitudini, un regres, ei vor regresa chiar și sub raportul valorificării capacităților de care dispun. De aceea, este bine ca nivelul de aspirație – pentru a avea un efect pozitiv – să fie *cu puțin peste posibilitățile de moment*. Nu trebuie uitat niciodată că discrepanța prea mare dintre capacități și aspirații este periculoasă. La Fontaine spunea, într-o fabulă a sa, că atunci când o broască își propune să se umfle pentru a ajunge elefant, sfârșește prin a plesni.

APLICAȚII

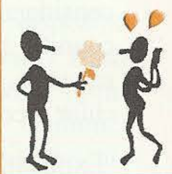
1. Aplicați pe o clasă de elevi un chestionar scurt cu două întrebări: „Când învăț, de ce învăț?“; „Când nu învăț, de ce nu învăț?“ (eventual puteți preciza un anumit obiect de învățământ).

Cereți să se enumere cel puțin cinci răspunsuri la fiecare întrebare. Analizați răspunsurile recoltate și constatați ce forme sau tipuri de motivație predomină.

2. Căutați, la psihologie sau la orice alt obiect de învătământ, cât mai multe exemple noi, neobișnuite, frapante, contradicții, paradoxuri de idei etc., care să vă crească motivația învățării.

3. Faceți următorul experiment. Sarcina: trasarea timp de 15 secunde a cât mai multor liniuțe verticale unele după altele. Înainte de a începe activitatea, gândiți-vă câte liniuțe credeți că veți putea trasa în cele 15 secunde. Scrieți numărul în dreapta paginii sus. Începeți și trasați liniuțele. Câte ați obținut? Scrieți numărul alături de cel dinainte.

Repetați activitatea, dar nu înainte de a nota numărul de liniuțe pe care credeți că-l veți realiza de data aceasta. Procedați în acest fel de mai multe ori. Analizați rezultatele obținute și explicați-le cu ajutorul domnului profesor.



2. Afectivitatea

Omul nu se raportează indiferent la realitate, dimpotrivă, obiectele, fenomenele, evenimentele care acţionează asupra lui au un ecou, o rezonanţă în conştiinţa sa, trezesc la viaţă anumite trebuinţe, corespund sau nu nevoilor lui, îi satisfac sau nu interesele, aspiraţiile, idealurile. Între stimulii interni (pe care i-am reunit sub denumirea de motivaţie) şi realitatea înconjurătoare au loc confruntări şi ciocniri ale căror efecte sunt tocmai procesele afective. În timp ce aprobarea sau satisfacerea cerinţelor interne generează plăcere, mulţumire, entuziasm, bucurie, contrazicerea sau nesatisfacerea lor duce la neplăcere, nemulţumire, indignare, tristeţe etc.

2.1. Specificul afectivităţii şi relaţia ei cu alte fenomene psihice

În cadrul proceselor afective pe prim plan se află nu atât obiectul, cât valoarea şi semnificaţia pe care acesta o are pentru subiect. Nu obiectul în sine este important, ci relaţia dintre el şi subiect pentru că numai într-o asemenea relaţie obiectul capătă semnificaţii în funcţie de gradul şi durata satisfacerii trebuinţelor.



Daţi exemple de situaţii în care unul şi acelaşi obiect produce stări afective variate unor persoane diferite sau la una şi aceeaşi persoană în momente/situaţii diferite. Explicaţi de ce se întâmplă aşa.

Relaţionarea unică sau repetată a individului cu diverse obiecte, fenomene, persoane, evenimente se soldează cu construirea treptată, în plan subiectiv, a unor atitudini, a unor poziţii faţă de acestea, atitudini care pot fi oricând redeclanşate (vezi figura alăturată).



Relaţionarea afectivă

Procesele psihice care reflectă relaţiile dintre subiect şi obiect sub formă de trăiri, uneori atitudinale, poartă denumirea de procese afective.

Între procesele afective şi cele cognitive, există o serie de diferenţieri.



Procese cognitive:

• *în ele, omul operează cu instrumente specializate (gândirea cu operaţii, memoria cu procese, imaginaţia cu procedee);*

• *subiectul se subordonează obiectului pe care încearcă să-l epuizeze cognitiv;*

• *ceea ce contează la ele sunt potenţele şi organizarea cognitivă a indivizilor.*

Procese afective:

• *omul reacţionează cu întreaga lui fiinţă, afectivitatea este o vibraţie, concomitent organică, psihică şi comportamentală, ea este tensiunea întregului organism cu efecte de atracţie şi respingere, căutare şi evitare;*

• *subiectul se subordonează relaţiei, într-un fel sieşi, pentru că el este cel care introduce o anumită valoare sau semnificaţie emoţională în obiectul reflectat;*

• *contează organizarea motivaţională a indivizilor, raportul obiectului (perceput, gândit sau imaginat) cu necesităţile, cu gradul lor de satisfacere.*

Diferenţe există şi între afectiv şi motivaţional, în cazul primului contând *efectul de câmp* (în care deplasarea unui punct determină o variaţie dinamică într-un alt punct, născându-se astfel un curent de echilibrare preferenţială care dispare o dată cu lichidarea tensiunii), în timp ce în cazul celui de-al doilea, esenţial este *caracterul vectorial.*



1. Când conflictul afectiv produs de ciocnirea dintre emoţii, sentimente, pasiuni este solidar cu conflictul cognitiv, cu ciocnirea ideilor, modalităţilor de rezolvare etc. randamentul activităţii intelectuale creşte sau scade?

2. Când tensiunea afectivă scade ajungându-se până la starea de indiferenţă, capacitatea individului de a soluţiona probleme noi creşte sau scade?

Aceste diferenţe nu trebuie să ne ducă la considerarea afectivităţii ca fiind ruptă de cognitiv şi motivaţional, dimpotrivă între ele există o foarte strânsă interinfluenţare, ba chiar o convertire a unora în altele.



Explicaţi următoarele formulări:

a. Procesele afective sunt motive active aflate în plină desfăşurare, iar motivele sunt procese afective condensate, cristalizate, „solidificate".

b. Stările afective nu sunt simple umbre, proiecţii în conştiinţă ale unor stări organice, dublete gratuite ale unor dezechilibre fiziologice.

Practic, nu există fenomen psihic cu care procesele afective să nu se afle în relaţii de interacţiune şi interdependenţă. Afectivitatea este prezentă începând cu pulsaţiile inconştientului şi terminând cu realizările ultimative ale conştiinţei. Tocmai de aceea ea este considerată ca fiind componentă bazală, infrastructurală a psihicului, dar şi nota lui definitorie, deoarece prin afectivitate omul se diferenţiază profund de roboţi şi calculatoare, de aşa zisa inteligenţă artificială. Dacă raţiunea omului poate fi reprodusă de calculator, stările şi trăirile afective vor rămâne apanajul lui specific.

2.2. Clasificarea trăirilor afective

Şi noţiunea de afectivitate, la fel ca şi cea de motivaţie, este de tip „umbrelă", adică un concept cuprinzător încorporând în sine o multitudine de stări şi trăiri afective.

În clasificarea acestora se utilizează mai multe criterii, cum ar fi: intensitatea, durata, complexitatea, gradul lor de conştientizare etc. Inspiraţi de studiile asupra afectivităţii ale psihologului român Vasile Pavelcu (vezi figura alăturată), vom utiliza criteriul corelaţiei dintre activitatea scoarţei cerebrale (centri nervoşi superiori) şi ai subscoarţei cerebrale (centri nervoşi inferiori). În funcţie de acest criteriu, vom stabili trei mari categorii de procese afective: primare, complexe, superioare.



Vasile Pavelcu
1900–1991

A. Procesele afective primare au un caracter elementar, spontan, sunt slab organizate, mai aproape de biologic (instinctiv) şi mai puţin elaborate cultural, ele tind să scape controlului conştient, raţional.

În categoria lor includem:

a. Tonul afectiv al proceselor cognitive, care se referă la reacţiile emoţionale ce însoţesc şi colorează afectiv orice act de cunoaştere; o senzaţie, o reprezentare, o amintire, un gând etc. trezesc în noi stări afective de care adeseori nici nu ne dăm seama; culorile, sunetele, mirosurile percepute generează nu doar acte cognitive, ci şi afective (de plăcere, neplăcere, etc.).

b. Trăirile afective de provenienţă organică sunt cauzate de buna sau proasta funcţionare a organelor interne; ele sunt datorate, mai ales, „ciocnirilor" dintre organele interne în stare de boală; în cardiopatii apar stări de alarmă afectivă, în bolile gastro-intestinale apar stări de mohoreală, în hepatită predominantă este euforia, pentru ca în maladiile pulmonare să fie mult mai frecvente stările de iritare.

c. Afectele sunt procese afective simple, primitive şi impulsive, puternice, foarte intense şi violente, de scurtă durată, cu apariţie bruscă şi desfăşurare impetuoasă. Groaza, mânia, frica, spaima, accesele de plâns zgomotos, râsul în hohote etc. sunt astfel de afecte care, deşi reorganizate cultural, se află foarte aproape de instincte. Ele sunt însoţite de o expresivitate bogată, se manifestă direct, uneori necontrolat, ducând chiar la acte necugetate. Deşi se supun mai greu controlului conştient, acesta nu este total exclus şi tocmai de aceea omul nu este considerat a fi iresponsabil de acţiunile efectuate sub impulsul afectelor. Angajarea într-o altă activitate, efectuarea unor mişcări preventive ar putea contribui la stăpânirea lor.



Puteţi descrie un afect pe care l-aţi trăit? (caracteristici, cauze, consecinţe)

B. Procesele afective complexe beneficiază de un grad mai mare de conștientizare și intelectualizare.

Cuprind:

a. Emoțiile curente sunt forme afective de scurtă durată, active, intense, provocate de însușirile separate ale obiectelor, au caracter situativ, desfășurare tumultuoasă sau calmă, orientare bine determinată (spre un obiect sau o persoană anumită). Printre acestea enumerăm: bucuria, tristețea, simpatia, antipatia, entuziasmul, admirația, disprețul, speranța, deznădejdea, plăcerea, dezgustul etc. Ele sunt mult mai variate și diferențiate decât afectele, manifestându-se într-un comportament mai nuanțat și rafinat, în principal, după tipare și conveniențe socio-culturale.



Analizați-vă din punct de vedere psihologic o mare bucurie pe care ați trăit-o cândva.

b. Emoțiile superioare sunt legate nu atât de obiecte, cât de o activitate pe care o desfășoară individul. Ele pot să apară în activitățile intelectuale, în reflectarea frumosului din realitate, în realizarea comportamentului moral. De obicei presupun evaluări, acordări de semnificații valorice activităților desfășurate. Când între ele și situațiile de viață există coincidențe, asistăm la acumularea și sedimentarea lor treptată, fapt care generează stări emoționale concordante. Conflictul dintre așteptările și obișnuințele emoționale pe de o parte și caracterul inedit al situațiilor cu care ne confruntăm pe de altă parte produce șocul emoțional. Spre deosebire de afecte, ele se supun în mai mare măsură învățării, existând chiar o formă de învățare numită învățare afectivă.

c. Dispozițiile afective sunt stări difuze, cu intensitate variabilă și durabilitate relativă. Spre deosebire de emoții care au o orientare precisă, ele sunt mai vagi. Aceasta nu înseamnă că nu au o cauză sau chiar mai multe, însă individul, cel puțin momentan, nu-și dă seama de existența acesteia. Un elev poate fi bine sau prost dispus fără să-și dea seama de ce anume. În urma unei analize atente, cauza dispoziției poate fi depistată și înlăturată (dacă este vorba de o dispoziție negativă care de obicei creează un fond pesimist) sau reținută și amplificată (dacă este vorba de o dispoziție pozitivă care creează un fond optimist). Dacă dispozițiile se repetă, se pot transforma în trăsături de caracter. Firile închise, taciturne, anxioase, mohorâte, blazate, ca și cele deschise, bine dispuse, vesele, entuziaste se formează tocmai prin repetarea și prelungirea în timp în personalitatea individului a dispozițiilor afective trăite de acesta în existența sa personală.

C. Procesele afective superioare se caracterizează printr-o mare restructurare și raportare valorică, situată nu la nivel de obiect (ca cele primare), de activitate (ca cele complexe), ci la nivel de personalitate, depășind prin conținutul și structura lor stările emoționale disparate și tranzitorii.

a. Sentimentele sunt trăiri afective intense, de lungă durată, relativ stabile, specific umane, condiționate social-istoric. Prin gradul lor de stabilitate și generalitate iau forma unor atitudini afective care se păstrează multă vreme, uneori toată viața, chiar și atunci când situația provoacă noi sentimente. Datorită stabilității lor putem anticipa conduita afectivă a individului. Sentimente ca dragostea, ura, invidia, gelozia, admirația, îndoiala, recunoștința includ elemente de ordin intelectual, motivațional, voluntar și caracterizează omul ca personalitate.



Pe baza observației sau autoobservației invocați și identificați/descrieți cele trei faze ale formării și dinamicii sentimentelor:
- faza de cristalizare,
- faza de maturizare,
- faza de decristalizare.

Ca generalizări ale emoțiilor, sentimentele pot fi: *intelectuale* (curiozitatea, mirarea, îndoiala, dragostea de adevăr), care apar în procesul cunoașterii și reflectă relația față de ideile proprii sau ale altora; *estetice* (admirația, extazul) apărute în procesul reflectării frumosului din viață, natură, societate; *morale* (patriotismul, datoria) ce reflectă atitudinea față de bine sau rău, față de conduitele personale sau ale semenilor. Pe fondul sau în strânsă legătură cu ele, se formează *sentimentele Eu-lui* (amorul propriu, sentimentele

de inferioritate sau de superioritate). Situaţia individului de „a fi în lume" sau „de a fi în timp" generează atitudini distincte faţă de ambiguitatea destinului, angoasa şi speranţa ca sentimente extrem de complexe, dar decisive pentru viaţa individului. La fel de importante sunt şi *sentimentele sociale şi psihosociale* ale omului (vanitatea, demnitatea, sociabilitatea).



Un psiholog francez, Theodule Ribot, a scris o carte intitulată „Logica sentimentelor". În ce sens credeţi că se poate vorbi de o logică a sentimentelor?

b. Pasiunile sunt sentimente cu o orientare, intensitate, grad de stabilitate şi generalitate foarte mare, antrenând întreaga personalitate.



Comentaţi următoarele afirmaţii: „omul nu e decât o forţă latentă" (Amiel); „emoţiile acţionează ca o apă ce rupe digurile, pasiunile acţionează ca un torent care-şi scobeşte din ce în ce mai profund albia".

Dacă emoţia este pasageră, simplă, dezordonată, pasiunea este durabilă, complexă, organizată. De altfel în toate tipologiile personalităţii, emotivul şi pasionatul formează tipuri distincte, primul fiind exploziv, un foc de artificii, celălalt constant, un fel de bec ce iluminează tot timpul. Totuşi pasionatul nu poate trăi fără proliferarea emoţiilor pe care şi le provoacă sau le suportă. El are nevoie de noutăţi, de surprize, de obstacole, doreşte absolutul, respinge satisfacţiile limitate oferite de realitate. Ca urmare, el caută, găseşte sau produce tot timpul motive de nelinişte, prilejuri de a fi activ. Psihologia clasifică pasiunile în două mari categorii: pasiuni *lucide* sau *nobile* şi pasiuni *oarbe*. Acestea din urmă sunt fondate pe trei centre de interes fundamentale: *Eul* (pasiunile posesive: avariţia, cupiditatea, fanatismul); *Altul* (gelozia, ambiţia); *Lumea* (pasiunea pentru jocurile de noroc sau pentru alte jocuri intelectuale). Accentuarea lor duce la adevărate psihoze pasionale (delirurile revendicative, erotomania, gelozia morbidă). Cine nu-şi aminteşte de unele personaje celebre ca Othelo, marchizul de Sade, Phedra, Gobseck, Harpagon, Hagi Tudose etc... etc..., la care pasiunile fac ravagii în personalitatea lor. Punându-şi în funcţie pasiunile nobile cu orientare socială pentru adevăr, dreptate, progres, omul se revitalizează, îşi consumă energia creatoare, biruie multe greutăţi. În acelaşi timp, el trebuie să lupte cu pasiunile negative, aşa numitele patimi sau vicii, dirijate de scopuri egoiste, dăunătoare, ce pun stăpânire pe personalitate şi o domină, devitalizează şi deviază comportamental.



În figura alăturată este redată o celebră sculptură a lui C. Brâncuşi.

Ce trăire afectivă identificaţi?



2.3. Proprietăţile trăirilor afective

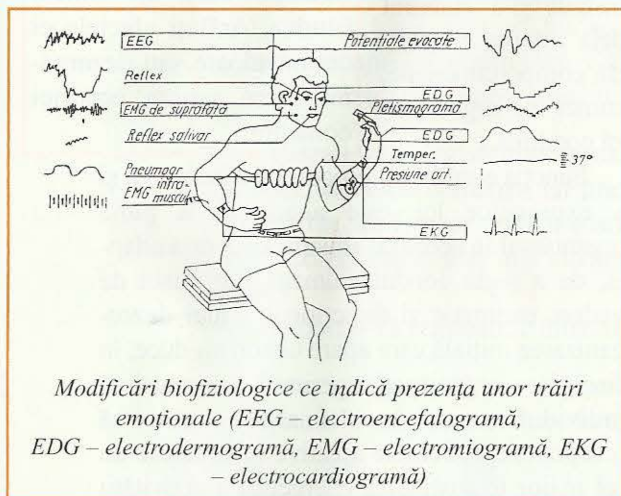
Când vorbim de proprietăţile trăirilor afective avem în vedere nu notele lor distinctive şi definitorii care le individualizează în raport cu alte fenomene psihice, ci *capacităţile* sau *disponibilităţile* pe care le posedă.

a. Trăirile afective dispun de capacitatea de **a se exterioriza**, de a putea fi „văzute", „citite", „simţite", proprietate pe care o numim *expresivitate emoţională.* Exteriorizarea se realizează prin intermediul unor semne exterioare care poartă denumirea de expresii emoţionale. Acestea sunt: mimica şi pantomimica (rîs, plâns, zâmbet, dans etc); modificări de natură vegetativă (amplificarea sau diminuarea ritmului respiraţiei, vasoconstricţia şi vasodilataţia, creşterea conductibilităţii electrice a părului, hiper sau hipotonusul muscular, modificarea compoziţiei chimice a sângelui sau a hormonilor etc.); modificarea vocii (a intensităţii, ritmului vorbirii, timbrului vocii etc.). Expresiile emoţionale nu sunt izolate unele de altele,



Zâmbetul este o expresie emoţională specific umană. Enumeraţi câteva dintre varietăţile lui.

ci se corelează și se subordonează stărilor afective dând naștere la ceea ce se numește *conduita emoțional-expresivă.* De exemplu, conduita expresivă a tristeții (brațele atârnate, capul aplecat, pleoapele și colțul buzelor lăsate în jos, mișcări fără vigoare, ochi „stinși", fața „pământie") se deosebește de conduita expresivă a bucuriei (ținută dreaptă, zveltă, ochii deschiși, strălucitori, mobilitatea brațelor, în genere a mușchilor etc.).



Modificări biofiziologice ce indică prezența unor trăiri emoționale (EEG – electroencefalogramă, EDG – electrodermogramă, EMG – electromiogramă, EKG – electrocardiogramă)

Expresiile emoționale îndeplinesc roluri importante în comportamentul omului, dintre care mai semnificative sunt:

• *Rol de comunicare* (se face cunoscută în exterior starea afectivă trăită de o persoană sau cea pe care ea dorește ca ceilalți s-o perceapă; citind expresiile emoționale exprimate pe chipul elevilor săi, profesorul își poate da seama dacă aceștia au înțeles sau nu; prin propriile sale expresii emoționale, profesorul poate întări forța de sugestie a cunoștințelor).

• *Rol de influențare a conduitei altora în vederea săvârșirii unor acte* (o persoană poate plânge pentru a impresiona, a obține mângâierea, acordul sau ceea ce și-a propus; o alta manifestă temeri pentru a se asigura de ajutorul cuiva; în acest sens, vorbim de utilizarea socială a expresiilor emoționale cu scop, pentru a obține ceva).

• *Rol de autoreglare în vederea adaptării mai bune la situațiile cu care ne confruntăm* (plângem în situațiile triste, râdem în cele vesele; comportamentul invers ar fi un exemplu tipic de dezadaptare expresiv-emoțională).

• *Rol de contagiune* (de a se transmite și de a trezi reacții similare și la alte persoane, de a da naștere la stări afective colective – pozitive sau negative – prin aceasta întărindu-se forța de coeziune sau de dezbinare a membrilor grupurilor).

• *Rol de accentuare sau de diminuare a însăși trăirii afective* (plângând ne putem „descărca", elibera sau dimpotrivă „încărca" afectiv).

În viața socială, unele expresii și conduite emoționale se *convenționalizează,* sunt întărite și valorificate, altele inhibate și respinse, având loc parcă un fel de „dresaj afectiv". În cultura occidentală de exemplu, plânsul este rezervat femeilor și refuzat bărbaților, în timp ce în alte culturi, el este încurajat tocmai la bărbați. Apoi, unele expresii emoționale se *standardizează,* se generalizează și se asociază cu o serie de semne afectogene dând naștere astfel unui „limbaj afectiv". Tristețea produsă de pierderea unei persoane dragi este simbolizată prin doliu – negru, la anumite popoare; alb, la altele. Sărutul s-a standardizat sub diferite specii: părintesc, amical, fratern, colegial, oficial, erotic etc. Rezultă că expresiile emoționale au nu doar o semnificație individuală, ci și una socială.

Fenomenele de convenționalizare și de standardizare a expresiilor emoționale au o dublă semnificație: pe de o parte, ele evidențiază valențele adaptative ale expresiilor emoționale; pe de altă parte, arată că nu întotdeauna între starea/trăirea afectivă și expresia ei exterioară există o coincidență. Marea problemă este aceea a identificării unor mijloace și modalități prin care să se poată ști care este adevărul. Intuiți vreun asemenea mijloc?

b. Trăirile afective au proprietatea de **a se converti unele în altele,** adică de a se transforma din pozitive în negative sau invers. Un sentiment puternic de dragoste poate trece în opusul său, în cel de ură. Dacă această

coversiune nu depăşeşte o anumită frecvenţă relativă, dacă ea este profund motivată şi păstrează nealterat echilibrul intern al personalităţii, atunci vorbim de mobilitatea trăirilor afective. Dacă însă convertirile unor stări în altele sunt extrem de frecvente şi de nimic motivate, atunci avem de-a face cu fluctuaţia trăirilor afective care este un semn de natură patologică.


Convertirea trăirilor afective

c. Trăirile afective au capacitatea de **a se păstra chiar şi în lipsa stimulului care le-au generat**. Această proprietate are o foarte mare importanţă, deoarece acţionând asupra semnificaţiei afectogene a stimulului putem creşte, amplifica sau dimpotrivă diminua trăirea afectivă.

Expresivitatea, conversia şi persistenţa trăirilor afective sunt proprietăţi care au o mare aplicabilitate practică. Chiar din cele de mai sus s-a dedus că ele acţionează nu doar în relaţiile cotidiene, ci şi în diferite domenii ale vieţii sociale, cum ar fi cel al artei scenice, al psihologiei medicale şi patologiei etc.

2.4. Rolul proceselor afective

Problema rolului proceselor afective a fost extrem de controversată în psihologie.

Emoţiile prin starea de agitaţie difuză, prin intensitatea şi desfăşurarea lor tumultuoasă dezorganizează conduita umană. (Pierre Janet)

Emoţiile prin mobilizarea întregului organism, prin punerea lui în acord cu situaţia organizează conduita umană. (W. B. Cannon)

În această manieră tranşantă, nici una dintre concepţiile de mai sus nu poate fi acceptată.

Procesele afective luate în ansamblul lor îndeplinesc ambele categorii de roluri, dar în condiţii diferite. Astfel, ele dezorganizează conduita atunci când sunt foarte intense sau când individul se confruntă cu situaţii noi, neobişnuite pentru care organismul nu şi-a elaborat încă modalităţile comportamentale adecvate. Stările de groază, de furie, de depresie, de ură, prin intensitatea lor crescută, paralizează, anihilează, îl fac pe individ agresiv sau neputincios, devenind astfel o piedică în calea realizării eficiente a activităţii. Dacă însă trăirile afective au o intensitate normală (medie), dacă ele apar în situaţii pentru care organismul şi-a elaborat deja diferite modalităţi comportamentale, atunci ele organizează conduita.



Gândiţi-vă la o stare afectivă pe care aţi trăit-o cândva. Arătaţi efectele ei organizatoare sau dezorganizatoare asupra propriei conduite.

Funcţia esenţială a proceselor afective ca şi a expresiilor lor este aceea de a pune organismul în acord cu situaţia, deci de a adapta, de a regla conduita umană din punct de vedere energetic şi direcţional. Chiar dezorganizarea iniţială care apare uneori va duce, în final, la o organizare superioară, în sensul că individul va şti în altă situaţie cum să reacţioneze. Procesele afective îndeplinesc un rol major în susţinerea energetică a activităţii (dacă procesele cognitive furnizează imagini, concepte, idei, cele afective furnizează energia necesară formării şi operării cu aceste produse psihice). Ele potenţează şi condiţionează acţiunea, „regizează" schimburile cu ambianţa permiţând stăpânirea ei. Chiar situaţiile stresante sau frustrante, dacă au o intensitate moderată, îl ajută pe individ să se adapteze mai bine ambianţei şi solicitărilor ei. Frustrarea se asociază nu doar cu conduite agresive, represive sau autopunitive, ci şi cu conduite orientate spre creaţie, performanţă, autorealizare.

Afectivitatea îndeplineşte funcţii importante nu doar în raport cu activitatea, ci şi cu procesul cunoaşterii interpersonale. „Cheia înţelegerii altora – scria Vasile Pavelcu – se află în propriile noastre vibraţii afective". Mai mult decât atât, afectivitatea, prin una dintre formele ei specializate – simpatia, are un mare rol chiar în apariţia şi menţinerea societăţii. Psihologul francez Theodule Ribot afirma, încă din 1897, că „simpatia este baza întregii existenţe sociale".

APLICAȚII

1. Urmăriți-vă (prin autoobservare) propriul comportament în situații care implică trăiri afective și stabiliți particularitățile lor (Sunt adecvate situației? Vă organizează sau vă dezorganizează conduita? Sunt intense? Sunt durabile? Sunt stabile sau fluctuante? Le dominați sau sunteți dominat de ele? etc.)

2. Imaginați-vă cât mai multe situații în care să intervină diverse stări afective (mânie, frică, spaimă, furie, dezgust, curiozitate, afirmare, supunere, tristețe, bucurie, mâhnire etc.). Încercați apoi să arătați cum v-ați comporta voi dacă ați trece prin asemenea situații. Caracterizați-vă comportamentul afectiv, folosind parametrii din lecție.

3. Rugați un coleg să întocmească o listă cu mai multe cuvinte, dintre care unele neutre din punct de vedere afectiv, iar unele „afectogene" (generatoare de emoții), pe care să v-o citească rar. La fiecare cuvânt rostit de coleg, răspundeți cu primul cuvânt venit în minte. Rugați colegul să noteze atât cuvântul stimul, cât și cuvântul răspuns, ca și timpul vostru de reacție.
Comparați-vă rezultatele între voi. Ce constatări puteți face?

4. Mai jos figurează șase expresii emoționale.
Organizați o microcercetare în două variante.


a)


b)


c)


d)


e)


f)

Varianta 1:
Rugați colegii din alte clase să spună ce expresii emoționale redă fiecare chip din figură.

Varianta 2:
Spuneți-le colegilor investigați că în figurile prezentate sunt redate mai multe expresii emoționale. Numiți-le: dezgust, frică, fericire, tristețe, surpriză, mânie.
Cereți-le apoi, să identifice fiecare dintre expresiile denumite. (În care imagine se redă fericirea? Dar surpriza? etc.)

Sarcină: Comparați și explicați rezultatele obținute în cele două variante.

Expresii emoționale: a) fericire; b) mânie; c) tristețe; d) surpriză; e) dezgust; f) frică



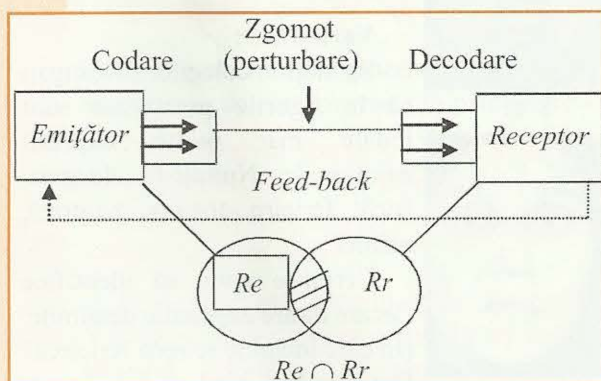
1. Comunicarea şi limbajul

Să ne imaginăm următoarea situaţie: în curtea şcolii doi elevi, Andrei şi Cornel se îndreaptă unul spre celălalt, se salută, îşi strâng mâinile şi discută foarte relaxat, amical. Ce anume ne comunică aceste gesturi? Evident o relaţie colegială apropiată, poate chiar prietenia. Andrei îi comunică lui Cornel că i-a adus un CD cu muzică preferată, iar Cornel îi oferă şi el un CD cu un film nou apărut. Din discuţia lor mai rezultă că urmează să plece într-o ţară străină să locuiască în vacanţă la o familie, iar anul următor familia lor să găzduiască tineri din acea ţară. Să analizăm situaţia: avem descrise aici cele ***trei forme fundamentale de schimburi proprii societăţii umane: schimbul de bunuri, schimbul de persoane şi schimbul de informaţii.***

1.1. Comunicare şi comportament

Comunicarea este un schimb de informaţii.

Se realizează conform următoarei scheme:



Emiţătorul transmite un mesaj adresat receptorului în urma unui proces de codificare, de transpunere într-un cod (sistem de semne, simboluri, limbaje). Conţinutul comunicării este mesajul şi acesta este transmis pe un canal de comunicare (vizual faţă în faţă, prin telefon sau alte mijloace tehnice). Transmisia poate fi „bruiată" de „zgomote" (surse perturbatoare, dificultăţi de înţelegere a mesajului). Receptorul va proceda la o descifrare a mesajului şi va închide comunicaţia sau o va continua emiţând – la rândul lui – un mesaj de răspuns, un nou mesaj, solicitare de explicaţii suplimentare, aprobare, dezaprobare (feed-back-uri). Comunicarea este condiţionată de utilizarea unui repertoriu comun de coduri, sisteme de semne, simboluri. Re – repertoriul emiţătorului – prezintă o zonă comună cu Rr – repertoriul receptorului – după formula $Re \cap Rr$.

Pentru a ne explica procesul comunicării, trebuie să răspundem la următoarele întrebări:

- Cine este cel care comunică?
- Cu cine comunică? Cui îi este destinat mesajul?
- Ce anume se comunică? Care este mesajul?
- Cum, în ce mod se comunică? Prin ce canal?
- Când şi unde se comunică? În care moment şi în care loc?
- În ce scop? Care este finalitatea comunicării?

Termenul de comunicare acoperă un număr foarte mare de situaţii din viaţa reală. Practic prin tot ceea ce facem, modul cum acţionăm, prin gesturile, mimica, atitudinile corporale, prin ţinută, vestimentaţie, prin parfumuri şi machiaj, prin ceea ce scriem, desenăm, prin imagini şi, în primul rând prin limbaj, noi comunicăm ceva. Nu facem acest lucru întotdeauna intenţionat, voluntar, dar implicit comunicăm ceva.

2.2. Comunicarea nonverbală

Psihologia modernă acordă o atenţie sporită *comunicării nonverbale* pentru că ne oferă informaţii preţioase asupra comportamentului. De exemplu, la angajare, specia-

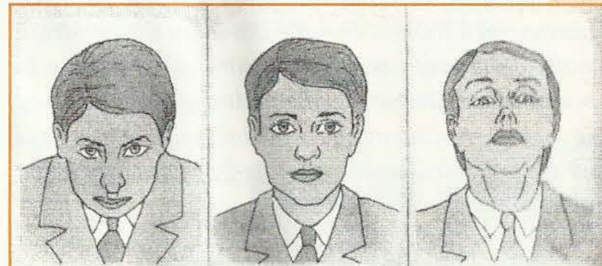
listul în recrutare va fi în avantaj dacă „citește" candidatul dincolo de discursul lui verbal prin gesturi, mimică, pantomimică, ținută. La rândul lui, candidatul se va pregăti și el și va oferi conduite cât mai credibile, mai convingătoare. Oamenii așteaptă unii de la ceilalți comportamente precise, iar comunicarea nonverbală permite o evaluare obiectivă, întrucât limbajul verbal adesea este folosit pentru a ascunde ceva, pentru a crea o imagine dorită. Uneori dorința de a ne face înțeleși poate duce la comportamente distorsionate. Turistul într-o țară străină tinde să vorbească foarte tare, să râdă zgomotos, să adopte gesturi amicale sau să dea intens și repetat din cap în semn de aprobare. Pentru localnici comportamentul lui este nepotrivit, artificial. Dar dincolo de orice diferențe culturale, se pot identifica *elemente ale unui comportament nonverbal valabil în toată lumea:*

- o persoană îndrăgostită caută întotdeauna apropierea corporală;
- salutul de întâmpinare și despărțirile sunt însoțite de ritualuri corespunzătoare;
- diferențele de poziție socială sunt concretizate prin vestimentație, bijuterii, comportament de supunere sau de dominare.

S-a ajuns la concluzia că prin comunicarea nonverbală se exercită un puternic efect asupra celor din jur. Cercetătorul american Mehrabian a demonstrat că interlocutorii sunt impresionați de cuvintele folosite în proporție de 7%, de intonație de 38% și de comunicarea nonverbală în proporție de 55%. Înseamnă că mulți conducători și politicieni își datorează carierea, nu în cele din urmă, aspectului și expresivității mișcărilor.

De fapt omul printr-o mulțime de semne, de indicii, comunică ceva; oamenii emit în permanență mesaje nonverbale care îi „demască" înainte de a spune vreun cuvânt. Dacă știm să decodificăm corect aceste mesaje, avem un ascendent asupra interlocutorului.

Cel mai semnificativ indicator al comportamentului nonverbal este **contactul vizual**. În primul rând, *contactul vizual reglează dinamica dialogului;* atunci când dorim să inițiem o conversație cu cineva căutăm să-i captăm privirea, apoi în timpul conversației schimburile de priviri reglează alternanța comunicării. În al doilea rând, *contactul vizual este o sursă permanentă de feed-back;* oferă indicii cu privire la modul cum este urmărit mesajul, atenția sau interesul acordat, plictiseala, iritarea ș.a.m.d. (vezi figura de mai jos).



A B C

Orientarea contactului vizual și efectele sale

A. Privirea „de jos", atitudine supusă ca de la subordonat la șef
B. Privirea directă, atitudine deschisă, prietenoasă, de la egal la egal
C. Privirea „de sus", atitudine arogantă, ca de la șef la subordonat



Realizați următorul experiment: alegeți doi colegi și puneți-le ochelari de soare întunecați, astfel încât să nu poată stabili contact vizual și apoi îi solicitați să converseze între ei.

Ce modificări observați în modul de desfășurare a conversației? În final, le veți solicita să descrie și ei ce au simțit și comparați cu ceea ce ați observat singuri.

De ce profesorul în clasă solicită atenția elevilor cerându-le să se uite la el? De ce ne cere același lucru tata sau mama atunci când doresc să ne comunice ceva important sau când ne fac „morală"? Pentru că au nevoie de feed-back, de o confirmare că sunt urmăriți și că mesajul și-a atins scopul.

În al treilea rând, *contactul vizual permite exprimarea emoției într-o manieră involuntară prin dilatarea pupilei.*

Ceea ce ne atrage, ne place, provoacă o dilatare a pupilelor.



Într-un experiment s-au prezentat subiecţilor (bărbaţi) fotografii ale chipului unor femei. Fiecare poză avea o copie în care era exact acelaşi chip, dar cu retuşarea pupilelor astfel încât să pară dilatate. Femeile cu pupila dilatată au fost considerate mai atractive, dar subiecţii n-au ştiut să explice de ce. Unii au spus că li s-a părut că zâmbesc mai frumos. Femeile din Italia Evului Mediu ştiau foarte bine acest lucru pentru că îşi puneau în ochi picături extrase din planta Atropa Belladonna ca să obţină o dilatare a pupilelor ce le făcea mai atractive (belladonna = „femeie frumoasă", în limba italiană).

Merită să mai amintim un indicator important al comunicării nonverbale şi anume **spaţiul personal**. În spaţiul european şi nord-american, distanţa optimă pentru conversaţie este de cca. 1,5 m, dar la arabi această distanţă este mult mai mică. Relaţiile de prietenie între parteneri influenţează şi ele spaţiul personal: prietenii intimi stau cam la 0,5 m, prietenii ocazionali de la 1 până la 1,5 m, cei care se întâlnesc întâmplător între 1,5 şi 4 m, iar la întâlnirile publice oamenii preferă un spaţiu personal de cca. 4 m.



Mergeţi la o bibliotecă publică şi aşezaţi-vă foarte aproape (la cca. 30 cm) de un cititor.

Observaţi cum reacţionează şi încercaţi să vă explicaţi de ce?

În concluzie, *ceea ce încercăm să ascundem prin cuvinte ne trădează prin gesturi.*

1.3. Limbă şi limbaj

Limba este un sistem complex de semne, simboluri şi reguli gramaticale. Limba este instrumentul de bază a comunicării interumane.

Comunicarea cu ajutorul limbii naturale (limba maternă a fiecăruia dintre noi) se desfăşoară în cadrul limbajului.

Limbajul este activitatea de comunicare interumană prin intermediul limbii. Aspectul psihologic al limbajului este **vorbirea.** Limbajul, vorbirea se achiziţionează pornind de la un suport neurofiziologic înnăscut, de la un potenţial neuronal dat prin zonele specializate ale creierului în înţelegerea şi exprimarea limbajului. Procesul vorbirii este coordonat de regulile gramaticale care se asimilează odată cu însuşirea limbii. Limbajul este forma cea mai evoluată, mai rafinată şi mai bogată de comunicare. Comunicarea verbală se realizează cu ajutorul limbii, este o comunicare simbolică întrucât cuvintele simbolizează obiecte, imagini, persoane, situaţii. Cuvântul este un instrument mintal remarcabil de puternic: dacă imaginea se poate substitui obiectului, cuvântul se poate substitui atât obiectului cât şi imaginii acestuia. Cuvântul se instituie încă de la însuşirea limbajului de către copil într-un instrument al gândirii sale. Prin cuvânt, dobândim capacitatea de a manipula în plan mintal obiectele şi imaginea acestora, putem să clasificăm, să ordonăm experienţele noastre, să grupăm în categorii cunoştinţele dobândite, să acordăm etichete verbale unor categorii (vezi prototipul). Dar mai ales prin cuvânt reflectăm, medităm, dialogăm cu noi înşine într-un plan al limbajului intern. Oricât ar suna de ciudat, se pare că cea mai mare parte din timp dialogăm cu noi înşine, ne „povestim" întâmplările zilnice, le analizăm, le judecăm, ne „plângem de milă" sau ne admirăm rezultatele.

Limbajul este instrumentul cel mai important al gândirii şi al conştiinţei.

Frecvenţa de utilizare a cuvintelor într-o limbă este un indicator important pentru diferite domenii de aplicaţie, cum ar fi telecomunicaţiile. Un studiu mai amplu al lingviştilor a pus în evidenţă următoarele

cuvinte cu frecvența cea mai mare în limba franceză: a fi, a avea, de, eu, ei (el), și.

Legea efortului minim a fost formulată de lingvistul german G. Zipf și stabilește existența unei relații inverse între frecvența și lungimea cuvintelor. Astfel, cuvintele monosilabice au o frecvență de aproape 50%, apoi cele cu două silabe aproximativ 30% și cele cu trei silabe 13%. Rezultă că în comunicare primează „legea efortului minim". Așa cum glumele scurte sunt cele mai bune, cuvintele cele mai frecvente sunt cele mai scurte. Legea efortului minim se evidențiază în limbajul cotidian. Cuvintele sunt prescurtate, de exemplu, „mate" în loc de matematică, „profu" în loc de profesor, „psiho" în loc de „psihologie". Această tendință este și mai evidentă în utilizarea comunicării prin e-mail, prin chat și mai ales prin SMS-uri pe telefonul mobil. Unii autori vorbesc despre un „nou limbaj" al SMS-urilor care riscă să afecteze vorbirea tinerilor.

1.4. Geneza limbajului

Este foarte greu să se răspundă la întrebarea: „de ce folosește omul limbajul?" sau mai simplu: „de ce vorbim?" Probabil pentru că celelalte mijloace de comunicare nu sunt suficiente, în condițiile în care existența umană prezintă un nivel foarte ridicat de problematizare. Am putea să răspundem și mai direct: *„oamenii vorbesc pentru că gândesc".* S-ar putea să ni se răspundă că și în lumea animală există o comunicare destul de diversificată. Psihologii au reușit să învețe unii cimpanzei să comunice și să dobândească abilități lingvistice apropiate unui copil de doi ani.

Punctul de vedere conform căruia *limbajul este învățat ca o deprindere* se bazează pe principiul condiționării. Copilul care pronunță „mamă" este recompensat de fiecare dată și astfel îl va însuși. Cu alte cuvinte, mai întâi învățăm să vorbim fiind recompensați pentru ca apoi prin repetiții consecutive să se ajungă la vorbirea adultului. Această teorie a curentului psihologic american numit behaviorism consideră vorbirea ca o formă de comportament (Skinner), dar nu explică rapiditatea cu care copilul învață să vorbească și nici de ce structurile gramaticale de bază sunt prezente în majoritatea limbilor vorbite.

Psiholingvistul american N. Chomsky consideră că există o „o gramatică universală" ce se află la baza tuturor limbilor și *copiii învață să vorbească auzindu-i pe alții în baza unor mecanisme înnăscute.*



Rezultă că limbajul este specific doar omului. Alți autori vin în întâmpinarea acestui punct de vedere și susțin că *limbajul este o capacitate înnăscută a ființei umane și poate fi însușit într-o perioadă optimă situată înainte de pubertate.* Mai târziu zonele creierului specializate în funcția limbajului devin prea rigide pentru învățarea unui nou limbaj.

Nimeni nu contestă faptul că există un potențial înnăscut al limbajului, dar trebuie să ținem seama și de alți factori în geneza limbajului: solicitări tot mai complexe ale mediului ambiant, solicitările gândirii confruntate cu situații tot mai complexe, dar și raporturile sociale tot mai extinse.

Însușirea și utilizarea limbajului nu pot fi separate de activitățile copilului, de relația cu părinții, dialogul permanent cu aceștia. Condiționarea social-istorică și culturală a limbajului este la fel de necontestat. Analiza unei limbi spune mult despre cultura căreia

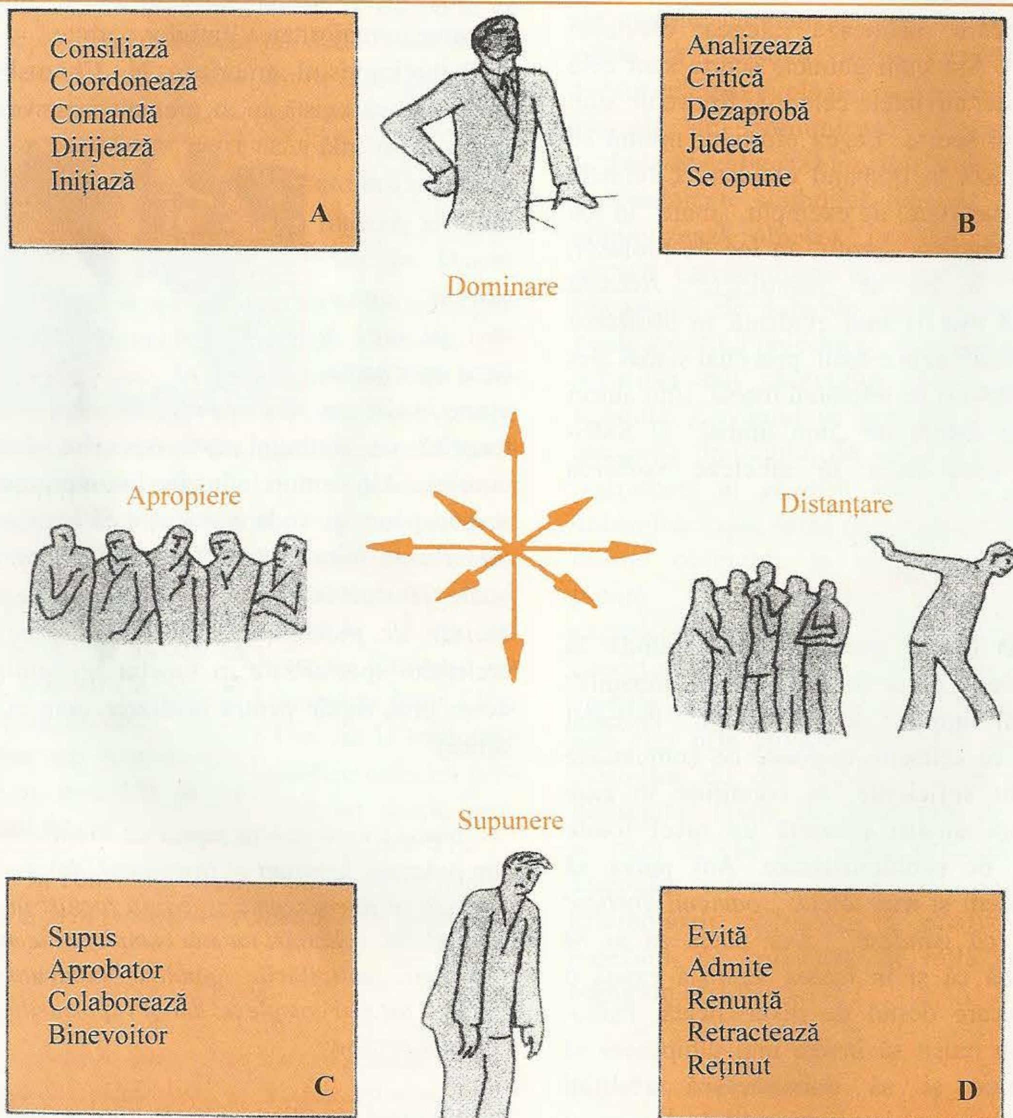
îi aparține. Eschimoșii folosesc, spre exemplu, 20 de termeni pentru cuvântul „zăpadă“ și explicația este că acest cuvânt este mult mai relevant pentru cultura lor decât pentru alte populații (care poate nici nu știu ce este zăpada).

Geneza limbajului trebuie să fie căutată și în nevoia oamenilor de a comunica.

1.5. Funcțiile limbajului

Se poate vorbi despre trei mari categorii de funcții ale limbajului care integrează și alte funcții subsumate sau corelate: *funcția de comunicare, funcția cognitivă* și cea *reglatorie.*

a) Funcția de comunicare este funcția specifică și cea mai importantă a limbajului.



Stiluri de comunicare
A. Apropiere – dominare
B. Distanțare – critică
C. Apropiere – cooperare
D. Distanțare – politețe

Prin comunicare se transmite un mesaj care are un anumit *conținut*. Conținuturile limbajului sunt foarte variate:

- *conținut informațional:* imagini, descrieri, concepte, teorii, idei;
- *conținut emoțional:* transmiterea unor trăiri afective prin exprimarea emoțiilor și impulsurilor. Este o modalitate de descărcare a unor tensiuni, frustrări, într-o manieră mai slab controlată uneori.

b) Funcția cognitivă, de cunoaștere a limbajului exprimă legătura limbajului cu gândirea. Limbajul este instrumentul de lucru al gândirii: operațiile gândirii se realizează prin mijloace verbale, structura logică a gândirii – raționamentele, judecățile, au un caracter propozițional, înțelegerea și rezolvarea de probleme dobândesc forma discursivă de la propoziția p_0 (punerea problemei) până la propoziția p_{n+1} (soluția). Relația dintre gândire și limbaj este controversată în psihologie: sunt autori care derivă gândirea din limbaj, alții invers. Limbajul și gândirea sunt inseparabile și se dezvoltă împreună, se susțin și se întemeiază reciproc.

c) Funcția reglatorie se poate realiza „din interior" prin mijloacele limbajului intern ca expresie a autoreglajului conștient și voluntar sau se poate exercita asupra altora prin comenzi de dirijare, conducere, comandă. O formă aparte de exercitare a funcției reglatorii este *persuasiunea* prin care se urmărește modificarea conduitei altuia, inducerea unor stări afective, a unor convingeri, idei ce vor fi adoptate și împărtășite de către subiect ca aparținându-i. Persuasiunea poate apela la tehnica argumentării, dar și la tehnici mai discrete cum ar fi amenințarea voalată (ce s-ar putea să pățești) sau promisiunea unor avantaje deosebite. Persuasiunea este intens folosită în tehnicile de manipulare a opiniei publice sau în tehnicile de psihoterapie.

Din analiza acestor funcții rezultă locul și rolul foarte important pe care îl deține limbajul în viața psihică a omului. După cum aprecia Paul Popescu-Neveanu, limbajul este un ax al sistemului psihic uman care face posibil fenomenul de conștiință. Raporturile conștiente, voluntare ale omului cu lumea, dezvoltarea conștiinței de sine sunt posibile datorită limbajului. Prin limbaj dialogăm cu noi înșine și cu lumea, realizând astfel sentimentul prezenței în actualitate. Savantul francez H. Ey afirma că a fi conștient înseamnă să fii capabil să-ți „povestești" propria existență, ceea ce, evident, se poate realiza numai prin intermediul limbajului.

1.6. Formele limbajului

După criteriul orientării extern-intern a comunicării, putem vorbi despre *limbajul extern și limbajul intern.*

Limbajul extern se adresează celor din jur fie pe cale orală, fie în scris.

- **Limbajul oral** sau vorbirea propriu-zisă este adresativ și contextual, implică prezența a cel puțin unei persoane căreia i se adresează mesajul. Canalul de comunicare este auditiv și se poate realiza față în față sau prin mijloacele audio-video. Comunicarea verbală are un grad ridicat de libertate, nu este supusă unor constrângeri, norme și reguli foarte riguroase. Ceea ce contează este ca mesajul să ajungă la destinatar.

a) Dialogul este forma cea mai frecventă de realizare a limbajului oral. Dialogul ia forma schimbului de replici în care fiecare interlocutor așteaptă ca celălalt să-și încheie mesajul. Conversația se întreține prin:
- conținutul ei;
- variate mijloace de expresivitate cum ar fi: intonația, accentul, timbrul;
- mijloace de expresivitate nonverbală: mimica, gestica, pantomimica.

b) **Monologul** sau discursul verbal public este o formă de comunicare verbală unidirecţionată, dar care valorifică feed-back-ul auditoriului. Monologul este mai riguros, trebuie să ţină seama de unele convenţii ale adresării în public, iar mijloacele de expresivitate trebuie să fie corect utilizate şi subordonate conţinutului comunicării. Discursul se supune unor reguli de concizie, claritate, cursivitate şi expresivitate care se învaţă şi se perfecţionează în cariera didactică a profesorului, în cariera juridică a avocatului, în cariera publică a politicianului ş.a.m.d.

• **Limbajul scris** este inseparabil legat de citit. Scris-cititul constituie deprinderi intelectuale complexe care se însuşesc şi se perfecţionează la începutul şcolarităţii.



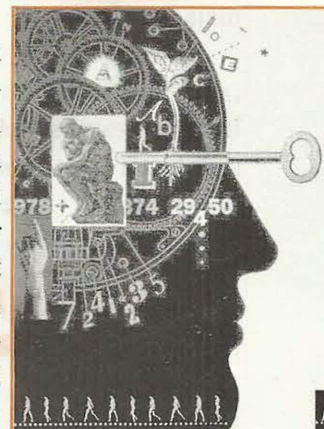
Învăţarea limbajului scris la începutul şcolarităţii

Utilizarea limbajului scris impune reguli mult mai stricte decât limbajul oral. Aici regulile şi normele gramaticale sunt imperative, utilizarea lor incorectă putând altera sensul şi semnificaţia mesajului scris. În scris nu ne putem permite libertăţile dialogului, nici măcar ale monologului, iar mijloacele de expresivitate sunt riguros stabilite şi nu se poate face abuz de ele. Scrisul este centrat pe mesaj, comunică informaţii, idei, cunoştinţe, trăiri supuse în prealabil unui proces mintal de selecţie, ordonare, semnificare. Scrisul este coordonat din interior prin mijloacele limbajului intern şi ale gândirii.

> Analizaţi relaţia dintre scris ca deprindere şi limbajul scris ca formă de comunicare.

• **Limbajul intern** este forma cea mai evoluată a limbajului care se dobândeşte prin interiorizarea limbajului oral.

- Se desfăşoară într-un plan intern ca vorbire cu sine şi ca mijloc de elaborare a ideilor, judecăţilor, raţionamentelor, ca modalitate de anticipare, conducere şi coordonare a acţiunilor voluntare.
- Dacă limbajul oral are un caracter desfăşurat în care succesiunea cuvintelor, propoziţiilor, frazelor asigură cursivitatea şi înţelegerea, în limbajul intern viteza de derulare este foarte rapidă, este un limbaj comprimat, condensat şi focalizat pe acţiuni, pe idei, pe înţelesuri.
- Limbajul intern constituie instrumentul de lucru al gândirii; structura internă a gândirii are un caracter propoziţional, sunt construcţii logice, raţionale, succesiuni de judecăţi şi raţionamente realizate prin intermediul cuvântului.



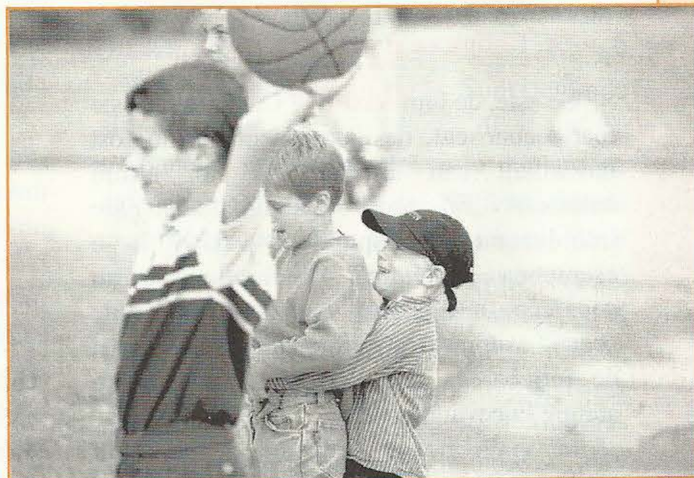
Limbajul intern, instrument al gândirii

> Analizaţi relaţia dintre gândire şi limbaj.

APLICAŢII

1. Unul dintre mijloacele nonverbale de comunicare este îmbrăcămintea.
Încercaţi să analizaţi prin ce anume şi ce comunică îmbrăcămintea în funcţie de următorii factori: vârstă, statut social şi ierarhie socio-profesională.

2. Realizaţi următorul experiment: aşezaţi un coleg în faţa unui cuier tip „pom" şi rugaţi-l să se adreseze cuierului în două situaţii: ca şi cum s-ar adresa unei persoane cu statut superior (de exemplu, directorul şcolii), iar în a doua situaţie ca şi cum s-ar adresa unei persoane cu statut inferior (de exemplu, femeia de serviciu). Este bine să experimentaţi pe mai mulţi „subiecţi".
Observaţi cu atenţie orientarea privirii lor în cele două situaţii şi explicaţi aceste diferenţe.



3. Atingerea este un indicator relevant al comunicării nonverbale.
Încercaţi să analizaţi cum folosim atingerea în comunicare.
Există oare diferenţe de vârstă, de statut social în folosirea acestui mijloc de comunicare?

4. Cum credeţi că influenţează afectivitatea limbajul oral?
Încercaţi să exemplificaţi cu situaţii din experienţa personală.



2. Atenţia

Un elev se adresează unui coleg, cu rugămintea de a face un calcul în gând pe măsură ce îi va prezenta nişte date, de genul: într-un tramvai în care sunt 18 călători, la următoarea staţie coboară 5 şi urcă 3, la următoarea coboară 4 şi urcă 11, la următoarea coboară 9 şi urcă 10. La următoarea coboară 7 şi urcă 13, la următoarea coboară 8 şi urcă 4. Întrebare finală: „câte staţii au fost?" Colegul spune: „Nu ştiu, pentru că nu am fost atent la asta!"

2.1. Definirea şi caracterizarea atenţiei

Ce este, de fapt, **atenţia**? Cuvântul ne este foarte cunoscut, desigur. Nu odată am fost îndemnaţi sau am adresat noi altora îndemnul: „Fii atent!". Dar am reuşit oare întotdeauna să răspundem pozitiv la o asemenea solicitare? Bineînţeles că nu deoarece „a fi atent" este strâns legat de „ceva" asupra căruia să-ţi îndrepţi atenţia şi de întrebarea „de ce trebuie să acordăm atenţie la ceva anume".

În viaţa noastră, destul de frecvent explicăm anumite nereuşite prin faptul că „nu am fost atenţi" şi foarte rar ne punem problema „de ce nu am fost atenţi". Pot fi date uşor foarte multe exemple.

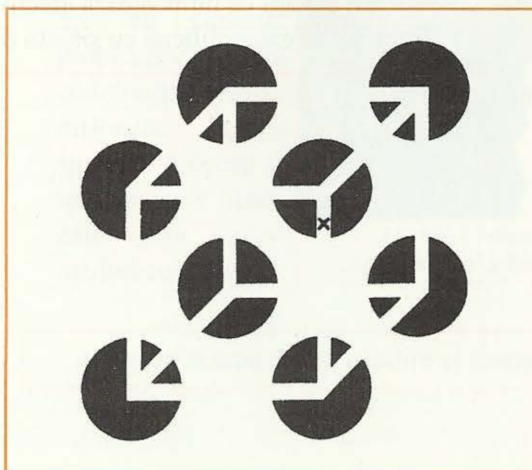
- Elevul nu reuşeşte să rezolve o sarcină şcolară pentru că nu a fost *atent* la explicaţiile profesorului.
- Şoferul primeşte o amendă pentru că nu a fost *atent* la ceea ce indică anumite semne de circulaţie.
- Persoana alunecă pe podeaua udă deoarece nu a acordat *atenţie* avertismentelor de la intrare.
- Cineva se aşează pe o bancă şi-şi murdăreşte hainele pentru că nu a fost *atent* la afişul: „Vopsit proaspăt!".
- Tânărul nu mai poate reintra în casă deoarece, din *neatenţie*, a uitat cheile înăuntru, uşa închizându-se automat.

Putem acum împreună să deducem care sunt cele mai importante caracteristici ale atenţiei?

- A fi atent, înseamnă a fi *orientat* către ceva anume.
- A fi atent înseamnă a fi *atras* de ceva anume.
- A fi atent înseamnă *a ignora* cât mai mult din tot ceea ce există şi se întâmplă în jurul a ceva anume de care ne ocupăm.
- A fi atent înseamnă a fi *concentrat* asupra a ceva anume.

Atenţia este orientarea, selectivitatea şi concentrarea conştiinţei noastre asupra unor stimuli aflaţi în afara noastră sau în interiorul nostru

Aşadar, orientarea, selectivitatea şi concentrarea sunt cele trei note definitorii ale atenţiei. Selectivitatea atenţiei se produce diferit în funcţie de punctele de reper. De exemplu, în figura de mai jos veţi vedea cercuri sau un cub.



Ea este legată strâns de starea de veghe a persoanei, ceea ce înseamnă că persoana nu poate fi atentă în timpul somnului (chiar dacă visează că este sau i se cere să fie atentă la ceva) sau în oricare altă situație în care conștiința este afectată: stare de comă, stare de ebrietate, febră mare, consum de droguri etc.

Atenția nu face parte nici din categoria proceselor de cunoaștere deoarece nu are un conținut informațional-reflectoriu propriu, nici din categoria activităților psihice. Ea apare mai mult în calitate de *condiție facilitatoare* pentru acestea. Percepem și observăm mult mai bine și mai corect dacă suntem atenți. Rezolvăm mult mai ușor și mult mai bine probleme cu cât le acordăm mai multă atenție. În mod cert înțelegem și învățăm mai bine dacă ne concentrăm atenția asupra sarcinilor școlare.

Nu înseamnă că atenția are ea însăși puterea sau capacitatea de a rezolva sarcina sau de a atinge un obiectiv. Cu alte cuvinte, nu avem siguranța că vom reuși să facem mai bine ceva doar dacă suntem foarte atenți. Atenția este o condiție necesară și obligatorie pentru reușita activității noastre, dar nu este și suficientă. Cineva poate să se concentreze maximal asupra unei situații problematice dar dacă nu are și capacități de rezolvare, n-are cum să reușească. Deci atenția este factor facilitator, optimizator, asigurând pe de o parte o mai mare claritate a obiectivului asupra căruia acționăm și pe de altă parte stoparea și înlăturarea aspectelor și factorilor ce se află în jurul obiectivului și care pot acționa perturbator. Deci la comanda, internă sau externă, „Fii atent la figura 5", aceasta aflându-se într-un context în care sunt 15 figuri, ea devine dintr-o dată parcă cel mai intens luminată, iar celelalte parcă intră în întuneric.



Încercați și voi să fiți atenți la unul dintre tablourile din camera (sala) în care vă aflați.

Cum se vede acesta față de tot ce este în jur?

De aici deducem faptul că mecanismul atenției îndeplinește două funcții: a) *de filtrare-selectare;* b) *de activare focalizată.*

Atenția este foarte strâns legată de motivație și mai ales de interese. În cazul în care persoana este preocupată și atrasă de anumite categorii de stimuli, orice semn al prezenței acestora îi va capta imediat atenția. Ore în șir un colecționar va fi absorbit în totalitate de un nou catalog de timbre în timp ce o altă persoană, care nu are asemenea interese, nu-i va acorda nici o atenție.

2. 2. Formele atenției

A. *În funcție de prezența sau absența efortului depus și a gradului de conștientizare diferențiem:*

1. Atenția involuntară. Sunt anumite situații, contexte, în care, deși nu ne propunem, atenția noastră este captată de ceva anume. Este un fel de solicitare dinspre anumite aspecte sau anumiți stimuli de a întrerupe o acțiune în desfășurare și de orientare a atenției către acești stimuli. Fiind foarte cufundat în lecturarea unui roman, dacă ești strigat pe nume de o persoană, întrerupi brusc activitatea și-ți îndrepți atenția către noua sursă de stimulare.

Această formă a atenției se confundă aproape cu *reflexul de orientare.* Orice zgomot brusc și neașteptat determină orientarea reflexă către sursa respectivă. Deci atenția involuntară este legată de stimularea externă și ea poate fi provocată de o serie de aspecte ale acesteia, cum ar fi:

- apariția și oprirea bruscă a unor stimuli (dacă cineva urmărește o emisiune la televiziune și se oprește brusc lumina, atenția ei va fi reorientată către problemele legate de sursa de lumină);
- caracterul inedit al unor stimuli (oricât de absorbiți ar fi oamenii de problemele lor cînd merg spre stradă, dacă ar apărea

cineva cu o înălțime de peste 2,5 m, în mod sigur atenția lor se va îndrepta către această apariție neobișnuită);

- intensități mari ale unor stimuli (vizuali, auditivi, olfactivi); cine ar mai fi la fel de atent la ce citește în ziare într-un avion ce zboară la peste 10.000 m în care începe să miroasă foarte tare a benzină?
- contrastul dintre stimuli (un cuplu ce cuprinde o persoană excesiv de grasă și o alta excesiv de slabă captează imediat atenția privitorilor);
- mișcarea stimulilor (într-un context static mișcarea oricărui stimul ar capta atenția).

Atenția involuntară joacă un rol deosebit în viața noastră deoarece ne menține contactul cu schimbările și modificările din mediu și totodată ne asigură protecția față de eventuale acțiuni periculoase dinspre mediu. Dacă așezat pe un pat de frunze într-o pădure și citind o carte captivantă nu am reacționa (adică nu am acorda atenție) foșnetului suspect, am putea să cădem victima mușcăturii unui șarpe veninos.

2. Atenția voluntară. Este forma ce se implică în majoritatea acțiunilor și activităților noastre. Ea presupune mobilizarea și concentrarea din interior sub forma „Trebuie să fiu mai atent" sau sub forma „Trebuie să mă concentrez mai mult". Desigur nu poate fi ignorată nici varianta în care persoana este susținută și dirijată din afară cu îndemnuri sau comenzi de genul: „Fii mai atent" sau „Concentrează-te mai mult!"

Atenția voluntară presupune depunerea unui efort pentru a atinge un anumit obiectiv, pentru a finaliza o anumită sarcină și acest efort va fi resimțit cu atât mai mult cu cât ceea ce trebuie să facă persoana nu intră în categoria activităților ce-l atrag motivațional sau celor pe care le preferă.

3. Atenția postvoluntară. Sunt multe activități care în urma desfășurării lor conduc la formarea unor deprinderi și totodată la dezvoltarea unor atitudini pozitive față de aceastea în sensul că ele devin preferate. De aceea reluarea unor asemenea activități nu va mai necesita efortul voluntar. Forma de atenție solicitată este cea postvoluntară deoarece ea se bazează pe deprinderea de a fi atent. Un copil care a învățat cum se procedează cu jocurile lui preferate la calculator, va relua oricând cu plăcere și fără efort activitatea de joc.



Ce-ar fi să vă verificați puțin?

Încercați să priviți de la o fereastră de unde se văd trecătorii de pe stradă.

Consemnați câți bărbați, câte femei și câți copii trec timp de o oră.

Dar în două ore? Dar în trei ore?

Cât timp puteți face asta?

B. *În funcție de direcția principală de orientare pot fi diferențiate două forme ale atenției:*

1. Atenția internă este orientată către diferite aspecte ale psihologiei proprii: gânduri, imagini, sentimente etc. Ea intervine în cadrul comunicării cu sine (introspecție, reflecție interioară), iar rezultatele unui asemenea gen de comunicare pot sau nu să fie transmise și altor persoane.

2. **Atenţia externă** este orientată către lumea exterioară (obiecte, persoane, fenomene). Ea intervine practic în toate tipurile de activitate umană: muncă, joc, învăţare, creaţie.

Desigur între cele două forme poate să existe un anumit echilibru la nivel individual sau dimpotrivă să nu existe un asemenea echilibru în sensul că poate să predomine fie atenţia internă, fie atenţia externă. În cadrul tipologiei umane la persoanele *introverte*, predomină atenţia internă, iar la persoanele *extravertite*, predomină atenţia externă.



Tu ce fel de persoană eşti: introvertă sau extravertă?

Dacă eşti introvertă, este adevărat că predomină atenţia internă sau dacă eşti extravertă, este adevărat că predomină atenţia externă?

Mai putem diferenţia şi **atenţia expectativă** sau de aşteptare, atunci când suntem în aşteptarea iniţierii sau finalizării unor acţiuni. Astfel, de exemplu, suntem foarte concentraţi înainte de începerea unui examen important, înainte de începerea unui concurs sau înainte de afişarea unor liste care să comunice rezultatele la un examen de selecţie (admiterea în facultate sau obţinerea unei slujbe).

2.3. Însuşirile atenţiei şi educarea lor

a) Volumul se referă la aspectul cantitativ, adică la numărul de elemente (stimuli) pe care le putem include concomitent în sfera de cuprindere a atenţiei. Cercetările de psihologie experimentală au arătat că, în medie la omul normal, acest număr este între 5 şi 9 (7 ± 2). Desigur sunt activităţi care solicită un volum mai mare al atenţiei (să ne gândim la pilotul unui avion supersonic, de exemplu), în timp ce alte activităţi sunt, dimpotrivă, mai puţin pretenţioase (de exemplu, muncitorul care face, repetitiv, aceeaşi operaţie de muncă).

O modalitate cu ajutorul căreia putem să extindem volumul atenţiei o constituie exerciţiul, antrenamentul.

b) Concentrarea atenţiei este abordarea racordării atenţiei la un stimul din perspectiva intensităţii. Cineva poate fi mai mult sau mai puţin concentrat asupra unui obiectiv şi cu cât este mai concentrat, cu atât mai mult îi sporesc şansele de reuşită. Cel care este maximal concentrat manifestă o mare rezistenţă faţă de orice factori perturbatori.

Gradul de concentrare a atenţiei depinde atât de anumite particularităţi psihofiziologice ale individului, cât şi de o serie de factori, precum: motivaţia pentru sarcină; nivelul de importanţă şi de utilitate al sarcinii; experienţa privind confruntarea cu factori perturbatori.

c) Stabilitatea este capacitatea de a menţine racordată atenţia la un stimul o perioadă mai mare de timp. Desigur şi această însuşire este influenţată de particularităţile individuale şi de caracteristicile câmpului perceptiv şi acţional. Pe de altă parte, ea se dezvoltă odată cu vârsta, cercetările experimentale evidenţiind faptul că dacă la copilul mic media privind durata stabilităţii este de 10-15 minute, la adulţi această medie creşte până la 45-60 de minute.

d) Distributivitatea se referă la capacitatea persoanei de a-şi concentra simultan atenţia asupra a doi sau mai mulţi stimuli. De exemplu, cineva poate în acelaşi timp să facă nişte calcule matematice, să comunice conţinutul unei scrisori şi să asculte şi ştirile de la un post de radio. Bineînţeles că există şi persoane care nu sunt în posesia unei asemenea însuşire a atenţiei, ceea ce înseamnă că ele ar întâmpina serioase dificultăţi dacă ar fi obligate să desfăşoare activităţi suprasolicitante, adică să facă mai multe lucruri deodată.



Încercaţi să indentificaţi trei dintre colegii voştri la care această calitate a atenţiei este foarte dezvoltată. Acum, încercaţi să identificaţi alţi trei dintre colegii voştri la care această calitate este foarte slab dezvoltată.

Din ce categorie faceţi parte?

e) **Mobilitatea** este uşurinţa comutării atenţiei de la un stimul la altul, de la o activitate la alta. Opusul ei ar fi *fixitatea* sau *rigiditatea* în sensul că persoana nu-şi poate deplasa uşor atenţia, iar dacă este obligată s-o facă, poate comite numeroase erori odată cu instalarea la nivel interior a unor stări tensionale.

f) **Distragerea** este incapacitatea de a fi atent, adică persoanele sunt „distrase" de orice modificare a mediului extern sau intern.

Toate aceste însuşiri sunt avute în vedere atunci când se pune problema evaluării concordanţei dintre cerinţele unei profesiuni şi psihologia celor care vor s-o practice. Sunt profesii foarte pretenţioase în ceea ce priveşte însuşirile atenţiei, cum este cazul deosebit de cunoscut al şoferului. Atenţia acestuia trebuie să se caracterizeze prin concentrare, stabilitate, distributivitate, mobilitate. De aceea în cadrul examenului psihologic sunt folosite teste cu ajutorul cărora se scoate în evidenţă dacă solicitantul corespunde sau nu cerinţelor şi solicitărilor profesionale privind atenţia. Sunt teste special construite pentru măsurarea fiecăreia dintre calităţile atenţiei.

APLICAŢII

1. Încercaţi să observaţi comportamentul colegilor voştri la clasă şi să stabiliţi care sunt cei mai frecvenţi factori perturbatori ai atenţiei din timpul lecţiilor?

2. Enumeraţi primii trei colegi din clasă care au cea mai mare capacitate de concentrare a atenţiei.

3. Enumeraţi trei colegi din clasă care sunt foarte uşor distraşi de la lecţie.

4. Încercaţi să inventariaţi profesiile care solicită foarte mult calităţi ale atenţiei, precum concentrarea şi stabilitatea.

5. Ce credeţi că ar trebui să facă un părinte care se plânge de fiul său că nu poate fi mai atent când i se cere?

6. Faceţi un grup de 4-5 colegi şi, timp de 15 minute, baraţi pe mai multe copii ale unor pagini dintr-o carte litera „d", urmată de vocala „a" şi litera „b", ce are înainte vocala „o". Corectaţi împreună reuşitele şi greşelile şi apoi faceţi clasamentul.



7. Fixaţi-vă privirea pe desenul din figura alăturată. Timp de 60 de secunde trageţi câte o liniuţă mică pe o foaie ori de câte ori veţi vedea altceva (o raţă sau un iepure).

Câte linii aţi tras? Comparaţi-vă rezultatele obţinute cu cele ale altor colegi.

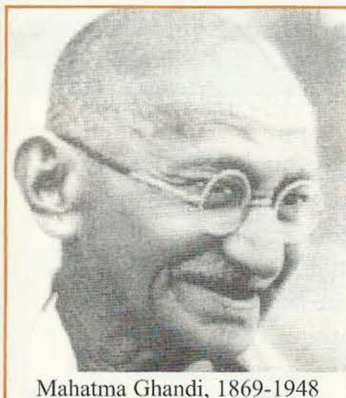
Ce însuşire a atenţiei demonstrează acest experiment?

3. Voinţa

Voinţa este o manifestare complexă şi greu de definit, dar mai ales greu de evaluat, de „măsurat". Psihologia ştiinţifică îşi propune să evalueze, să cuantifice manifestările vieţii psihice şi să emită anticipări, predicţii cu privire la evoluţia fenomenului studiat.

3.1. Comportamentul şi activitatea voluntară

Un halterofil care ridică o greutate este un om cu voinţă puternică? Dar o femeie pirpirie care conduce o ţară (Margaret Tatcher, fost prim-ministru al Marii Britanii, poreclită „Doamna de fier")? Dar un om paşnic, total nonagresiv cum a fost Mahatma Ghandi (vezi figura alăturată) care a eliberat India de sub dominaţia colonială britanică? Ce face un antrenor când îşi forţează sportivii la antrenament până la limita suportabilului? Ce face un profesor care îşi pune la muncă sute şi sute de ore lotul olimpic de matematică? Ce făcea E. Hemingway când lucra în fiecare dimineaţă între orele 5 şi 10 în picioare la pupitrul de scris la romanele lui? În toate aceste situaţii, vorbim despre voinţă şi antrenarea ei în activitate.



Mahatma Ghandi, 1869-1948

Ce este voinţa, când dăm dovadă de voinţă? Să luăm drept exemplu o zi obişnuită: mă scol dimineaţa, de fapt mă trezeşte mama sau tata; aş mai dormi, mă las furat de somn. Iată un prim act de voinţă: trebuie să aleg, mai dorm şi întârzii la şcoală sau mă ridic din pat? La micul dejun trebuie să aleg: mănânc tot ce poftesc sau mă gândesc la siluetă? La şcoală mă întâlnesc cu vechiul meu coleg antipatic ce face glume proaste pe seama mea, trebuie să aleg: îi răspund cu aceeaşi monedă, ba chiar i-aş arde una sau mă abţin şi îl ignor? La ore mă bag în faţă, caut să mă fac remarcat cu orice preţ de către profesori sau aleg să stau în banca mea şi să răspund doar dacă sunt întrebat? În pauză dau curs invitaţiei unor colegi să fumez o ţigară şi să mă dau „bărbat" sau aleg să nu fumez pentru că ştiu cât este de nociv fumatul?



Să vrei... şi să nu vrea!

J. Piaget aprecia că putem vorbi despre voinţă în următoarele două condiţii: a) când există un conflict între două tendinţe; b) când cele două tendinţe dispun de forţe inegale, una cedând celeilalte.

Voinţa este o formă de autoreglare a conduitei. Este o autoreglare conştientă pentru că în urma deliberărilor alegem în cunoştinţă de cauză varianta de acţiune.

Să ne întoarcem la viaţa de zi cu zi. Am de rezolvat temele pentru acasă, am de făcut un eseu dificil la literatură şi am ales să renunţ la alte distracţii până rezolv toate aceste sarcini. Dacă le-am rezolvat bine şi sunt mulţumit de mine înseamnă că am o voinţă puternică? Oare ce este mai bine? Să te angajezi în activităţi numeroase, unele foarte dificile şi să nu duci nimic la bun sfârşit sau să te angajezi în ceea ce ştii că poţi face şi să duci la bun sfârşit? Înseamnă că *voinţa este expresia personalităţii, a caracterului şi educaţiei noastre. Măsura voinţei este măsura în care o activitate este finalizată.* Apreciem că oamenii dispun de voinţă atunci când manifestă un bun autocontrol, când îşi organizează astfel acţiunile încât să ducă la bun sfârşit ceea ce şi-au propus.



Scrieţi pe o foaie de hârtie împărţită în două: în stânga activităţile, lucrurile pe care le-aţi dus la bun sfârşit în ultima perioadă (6 luni, 1 an), iar în dreapta ceea ce aţi început şi nu aţi reuşit să finalizaţi.

Comparaţi cele două coloane şi veţi afla cum staţi cu voinţa.

Dar suntem confruntaţi în permanenţă cu activităţi care să ne solicite alegeri, depăşirea obstacolelor, efort voluntar? Din fericire nu pentru că altfel ne-am epuiza rapid resursele energetice. Foarte multe dintre activităţile cotidiene nu cer un control voluntar permanent, cu atât mai puţin un efort deosebit. Sunt *acte involuntare,* de genul reflexelor înnăscute (trebuinţe, nevoi, reacţii de apărare instinctive la stimuli nocivi) sau al reflexelor dobândite, cum ar fi deprinderile igienico-alimentare sau al deprinderilor automatizate de lucru, cum ar fi mersul, scrisul, cititul, folosirea unor instrumente, maşinării etc.

Activitatea voluntară se caracterizează prin următoarele:

- este orientată spre atingerea unor scopuri conştient stabilite;
- este precedată de un plan mintal;
- are la bază intenţia, decizia de a efectua acea activitate;
- implică învingerea obstacolelor aflate în calea atingerii scopurilor conştient propuse;
- este susţinută de motivaţii specifice şi energizată afectiv;
- asigură autoreglarea vieţii psihice.

3.2. Componentele activităţii voluntare

Scopul reprezintă proiecţia mintală a finalităţii acţiunii, este „ţinta" ce urmează să fie atinsă. La elaborarea scopului participă reprezentarea şi imaginaţia care servesc la proiectarea lui mintală, limbajul la integrarea, denumirea şi conştientizarea lui, gândirea la anticiparea mijloacelor de atingere, iar afectivitatea la susţinerea lui energetică. Astfel elaborat, scopul va fi preluat de către voinţă care va întreprinde demersurile necesare atingerii lui.

Voinţa va trebui să identifice obstacolele care stau în calea atingerii scopurilor conştient propuse şi să investească efortul necesar depăşirii acestor obstacole.

Obstacolul este de natură psihologică, rezultă din confruntarea dintre resursele noastre şi condiţiile atingerii scopului. Aşa se explică relativitatea obstacolului: nivelul lui de dificultate este perceput diferit de către persoane diferite în momente diferite, de către persoane diferite chiar în acelaşi moment sau de către aceeaşi persoană în momente diferite.

Analizaţi ce se întâmplă într-un concurs atletic de sărituri la înălţime. Obstacolul, ştacheta este un obiect fizic, dar are o încărcătură psihologică variabilă pentru atleţi sau pentru acelaşi atlet.

Analizaţi dinamica evaluării obstacolului.

Rezultă raporturi foarte variate între persoană şi obstacol trecând de la supraevaluare a dificultăţii la subevaluare. În acest proces, intervin factori ce ţin de experienţa confruntării cu obstacolul respectiv, de experienţa succesului sau a eşecului, de teama de eşec, de trăsături de personalitate cum ar fi încrederea în forţele proprii, siguranţa de sine. Un rol important îl vor avea cele două forme de relaţionare optimă: optimumul motivaţional şi cel afectiv. Optimumul volitiv descrie situaţia în care avem de a face cu o evaluare adecvată a obstacolului şi o dozare corespunzătoare a efortului voluntar.

Efortul voluntar este aspectul psihologic cel mai specific al voinţei. Este produsul, finalitatea psihologică a acesteia. *Dacă ne punem întrebarea cum este trăită voinţa în plan psihologic? atunci răspunsul cel mai adecvat este efortul voluntar.* A avea voinţă înseamnă a fi capabil să investeşti un efort conştient dirijat prin mijloacele verbale. Efortul voluntar reprezintă o focalizare, o concentrare a energiei psihonervoase, o organizare, coordonare şi dirijare susţinută pe direcţia depăşirii obstacolelor. Capacitatea de efort voluntar este condiţionată de resursele fizice şi psihice de care dispunem, de experienţa pe care o avem în susţinerea acestui efort. Resursele nu sunt nelimitate şi se impune o bună organizare a lor. Aici atenţia are un rol deosebit pentru că ea trebuie să ţină în focarul ei reprezentarea

obstacolului şi a scopului urmărit. Efortul voluntar se adaptează obstacolului, se modulează în raport cu dificultatea şi cu specificul acestuia. Astfel dobândim abilităţi şi capacităţi de mobilizare eficientă a efortului voluntar în raport cu activităţile noastre curente, cu specificul muncii pe care o realizăm.



Exemplificaţi şi analizaţi specializarea efortului voluntar în raport cu diverse activităţi.

Din exemplele prezentate mai sus, rezultă *orientarea efortului voluntar şi a voinţei.* Voinţa şi efortul pot fi orientate spre *iniţierea unei acţiuni:* o activitate fizică sau una intelectuală (vezi figurile de mai jos), susţinerea ei până la atingerea scopului. Dar poate varianta cea mai dificilă pentru individ este *inhibarea unei acţiuni,* oprirea până nu este prea târziu dacă suntem sub imperiul unui impuls nestăpânit, renunţarea la o activitate nocivă, cum ar fi fumatul sau drogurile, amânarea, suspendarea acţiunii până când condiţiile sunt mai favorabile. M. Ralea desemna prin conduita amânării un comportament inteligent şi autocontrolat.



Activitate fizică



Activitate intelectuală

Voinţa este mecanismul psihic superior de autoreglare a conduitei prin mijloace verbale, de mobilizare a efortului voluntar în vederea depăşirii obstacolelor aflate în calea atingerii scopurilor conştient stabilite.

3.3. Etapele actelor voluntare

Mecanismele voinţei pun în acţiune o serie de etape sau faze care sugerează aspectul discursiv, evolutiv al voinţei. Din punct de vedere procesual, voinţa prezintă următoarele cinci etape care descriu modul de desfăşurare a actelor voluntare într-o activitate concretă:

Prima etapă este cea a actualizării unor motive prin apariţia *impulsului,* a tendinţei sau a intenţiei. Iniţierea acţiunii voluntare se poate realiza pornind de la o trebuinţă internă sau o solicitare externă, o cerinţă, o comandă, un îndemn, un imbold. Sunt nevoi, tendinţe, impulsuri, dorinţe care se cer a fi satisfăcute. Pentru a nu rămâne doar la acest stadiu al dorinţei, este nevoie să proiectăm scopul ca finalitate a acţiunii prin care motivul va fi satisfăcut. Apoi va trebui să analizăm oportunitatea realizării scopului, modalităţile concrete de realizare a acţiunii, elaborarea unui plan mintal anticipativ al acţiunii.

A doua etapă este lupta motivelor care ia forma deliberării în vederea selectării motivului cel mai bine plasat în raport cu situaţia concretă. Conflictele motivaţionale se traduc în alegerea dintre două motive.

Cercetările lui E.N. Miller au evidenţiat trei tipuri de conduită consecutive alegerii dintre două motive:

- *dacă ambele motive au încărcătură, valoare negativă, se constată fie „fuga din câmp", fie o soluţie de compromis;*
- *dacă un motiv prezintă o valoare pozitivă, iar celălalt una negativă, după o perioadă de ezitare, se impune cel cu valoare pozitivă;*
- *la alegerea dintre două motive cu valoare pozitivă nu se creează niciodată un echilibru stabil; foarte repede unul dintre motive ajunge să se impună.*

Aspectul cel mai interesant al acestei etape este modul în care se impune un motiv în dauna altora. Regula după care funcţionează selecţia motivului care va orienta activitatea este „câştigătorul ia totul". Dacă în urma deliberării este selectat un motiv, atunci toate celelalte i se subordonează sau sunt inhibate pentru a crea condiţiile unui comportament coerent. Omul nehotărât va fi în continuare măcinat de alegeri, de reveniri.

A treia etapă, adoptarea hotărârii ca urmare a *deciziei* este cea mai complexă, fiind influenţată de următorii *factori:*

a) informația, experiența cu privire la *utilitate,* la probabilitatea succesului sau a eșecului; astfel vor fi puse în balanță capacitățile proprii și dificultatea sarcinii. Unii oameni tind să aleagă sarcini dificile în speranța obținerii satisfacției succesului, iar dacă pierd, eșecul este atenuat. Una este să pici la un examen cu o concurență de 10 pe loc și alta la o concurență de 1 pe loc. Totuși, cei mai mulți oameni se gândesc și la *probabilitatea* realizării scopului și vor tinde să aleagă scopurile care oferă o anumită șansă de succes. *Decizia* este un moment important al acțiunilor voluntare și implică mecanisme cognitive, evaluări, analize complicate. S-a constatat că persoanele cu structuri conceptuale complexe tind să utilizeze o cantitate mai mare de informație și să aloce un timp mai îndelungat procesului adoptării deciziei; în schimb, persoanele cu structuri conceptuale simple, mai rudimentare tind să adopte decizii mai rapid;

b) trăsăturile de personalitate, nivelul de aspirații, dorința de succes, tendința de a evita eșecul, interesele, valorile subiectului. Deciziile noastre nu sunt întotdeauna întemeiate pe rațiune. Sunt situații când rațiunea este pusă să justifice o alegere pe criterii afective. Cei mai mulți dintre oameni sunt convinși că aleg ceea ce preferă, cu toate că ulterior sunt puși în situația de a prefera ceea ce au ales;

> Descrieți, din experiența proprie sau a unor persoane cunoscute, întâmplări la care ați fost puși în situația de a prefera ceea ce ați ales deja, deși ați crezut că ați ales pentru că ați preferat.

c) experiența succesului și a eșecului; astfel s-a constat că după succes nivelul de aspirații tinde să crească, iar după eșec tinde să scadă.

În urma acestei etape, prin luarea hotărârii este aleasă varianta optimă de acțiune pe care subiectul o va urma. Această variantă este învestită, valorizată, i se alocă resursele necesare și este susținută, argumentată dacă se impune acest lucru. Din acest moment sunt abandonate alte variante sau sunt inhibate, acțiunea capătă cu adevărat atributul de voluntară pentru că subiectul a ales-o în cunoștință de cauză, i-a anticipat consecințele și a apreciat că finalizarea ei îi va aduce succesul scontat.

A patra etapă este realizarea efectivă sau **executarea hotărârii.** Unii autori consideră că este cea mai importantă etapă a actului voluntar, fără de care nu am putea vorbi de voință. Într-adevăr, finalizarea acțiunii voluntare impune menținerea resurselor, organizarea acestora, antrenarea cunoștințelor, deprinderilor, experienței în vederea atingerii scopului. Este foarte important ca voința să manifeste rigoare și coerență, să nu ne lăsăm influențați de tendințe opuse, să nu renunțăm la greu. Voința se manifestă ca modalitate superioară de organizare a conduitei, activităților omului pe direcția scopului.

Psihologia a identificat următorii factori care favorizează executarea optimă a acțiunii:
- *confruntarea permanentă cu planul inițial;*
- *confruntarea cu problemele curente care se ivesc și care îndeplinesc rolul de feed-back;*
- *eliminarea sau păstrarea sub control a unor factori perturbatori cum ar fi apariția unor motive concurente, a unor stări afective prea puternice;*
- *utilizarea adecvată a sistemului de cunoștințe și deprinderi. Deprinderile sunt componente automatizate ale activității, care se desfășoară eficient și fără control voluntar;*
- *calitățile voinței, factorii de personalitate, trăsăturile moral-volitive de caracter, cum ar fi: puterea voinței, perseverența, curajul, independența în acțiune, calmul în situații de incertitudine.*

A cincea etapă este verificarea și ea încheie ciclul sau poate impune revenirea la o etapă anterioară atunci când rezultatul final nu corespunde scopurilor și planurilor inițiale. Această etapă implică evaluări, operații complexe de ordin cognitiv și pragmatic. Subiectivismul, implicarea afectivă pot denatura corectitudinea verificării.

> Comparați etapele actului voluntar cu cele ale rezolvării de probleme (de la gândire).
>
> Cum explicați asemănările frapante dintre aceste etape?
>
> Ce demonstrează aceste asemănări?

Cele cinci etape ale actului voluntar pot fi comprimate în trei mari etape:
- pregătirea;
- execuţia;
- verificarea.

3.4. Calităţile voinţei

Voinţa este un mecanism psihic dobândit care se dezvoltă şi se perfecţionează în condiţiile confruntării cu probleme şi activităţi specifice învăţării, muncii şi creaţiei. Experienţa unor activităţi voluntare tot mai dificile, modele de conduită oferite de părinţi, profesori, colegi, eroi din cărţi, din filme sau din viaţa reală, dar mai ales o educaţie exigentă a lucrului temeinic făcut conduc la formarea şi educarea unor *calităţi ale voinţei.* Aceste calităţi fiind confirmate în activitate şi încurajate de către mediul social se vor stabiliza în conduită, se vor cristaliza şi vor deveni trăsături moral-volitive de caracter.

Puterea voinţei este expresia energiei fizice şi nervoase investite, fermitatea, tăria de caracter, ambiţia în urmărirea scopurilor propuse. Puterea voinţei se vădeşte în mobilizarea şi menţinerea capacităţilor de efort voluntar atât în iniţierea unei activităţi, cât şi în inhibarea unor porniri sau reacţii inadecvate. Tindem să apreciem mai mult puterea voinţei unui om care şi-a învins un obicei prost, un viciu, care a luptat cu o suferinţă puternică decât puterea voinţei celui care iniţiază o activitate.

Perseverenţa denotă răbdare, tenacitate, rezistenţă la eşec, puterea de a reveni după eşec, urmărirea minuţioasă a planului de acţiune.

Curajul implică înfruntarea riscurilor într-o manieră lucidă şi asumată. Curajul este susţinut de experienţa confruntării cu situaţii dificile, de încrederea în forţele proprii.

Independenţa implică evaluarea autonomă a planurilor de acţiune, asumarea deciziilor, a riscurilor, dar şi a posibilelor eşecuri.

Calmul în situaţii de incertitudine este expresia capacităţii de autocontrol, de evaluare lucidă a variantelor de acţiune şi adoptarea celei care permite obţinerea de „beneficii" maxime cu „costuri" minime.

APLICAŢII

1. Cum caracterizaţi un om cu voinţă puternică?

2. Dar un om cu o voinţă slabă?

3. Cum caracterizaţi un om nehotărât?

4. Alegeţi exemple din experienţa proprie când deciziile au fost influenţate de afectivitate.

5. Realizaţi următorul experiment: rugaţi un coleg, prieten să rămână închis într-o cameră fără să-i spuneţi cât rămâne acolo. Nu trebuie să aibă ceas şi nici obiecte care să-i ofere preocupări (ziare, cărţi). Observaţi comportamentul şi după două ore îl lăsaţi să părăsească încăperea şi apoi îl rugaţi să vă relateze experienţa trăită.
Ce observaţii puteţi extrage cu privire la autocontrolul său?

6. Identificaţi şi descrieţi calităţile voinţei aşa cum vă sunt ele sugerate de imaginile alăturate.









1. Conceptul de personalitate

Multe noţiuni ale psihologiei se regăsesc şi în limbajul cotidian, având chiar o mare frecvenţă de utilizare. De la această regulă nu face excepţie nici noţiunea de personalitate. Spunem despre cineva că are o „personalitate puternică", iar despre altcineva că „n-are personalitate". Cuiva îi acordăm atributul de „personalitate matură", altcuiva pe cel de „personalitate infantilă". Ne ajută psihologia cotidiană, de bun simţ, să înţelegem ce este personalitatea? Uneori da, alteori nu. În mod sigur însă, ne ajută psihologia ştiinţifică.

1.2. Delimitări conceptuale

Mai demult, un gânditor spunea că definirea personalităţii este o „problemă de delimitare". De ce? Deoarece atât în limbajul cotidian, cât şi în cel ştiinţific, întâlnim folosite uneori o serie de noţiuni într-o manieră nediscriminativă, unele în locul altora, fără a se opera diferenţierile de rigoare. De câte ori n-am folosit noţiunile de **individ, individualitate, persoană, personalitate, personaj** fără să ne gândim că ele acoperă aceeaşi realitate?! Iată de ce, în demersul desţelenirii drumului spre definirea personalităţii este necesar să creionăm mai întâi conţinutul noţiunilor respective pentru a evita confuziile.

• Conceptul de individ

Individul se defineşte ca fiind totalitatea însuşirilor biologice (înnăscute sau dobândite) care asigură adaptarea la mediul natural. El desemnează entitatea vie care nu poate fi dezmembrată fără a-şi pierde identitatea, altfel spus, individual desemnează caracterul indivizibil al organismului. Din aceste definiţii, rezultă următoarele caracteristici ale individului:

1. el este un produs în întregime determinat biologic;
2. este un reprezentant al speciei în general, indiferent dacă aceasta este vegetală, animală sau umană;
3. este o noţiune aplicabilă tuturor organismelor, fără conotaţii descriptive sau evaluative.

• Conceptul de individualitate

În decursul existenţei individului, are loc un proces de diferenţiere şi diversificare a organizării lui structural-funcţionale. Însuşirile biologice se specializează, se ierarhizează, se integrează căpătând unele note distinctive, originale. Individualitatea este deci individul cu organizarea lui specifică, diferenţiată, irepetibilă şi ireductibilă. Noţiunea se foloseşte pentru a desemna organizările complexe.

• Conceptul de persoană

Prin conceptul de persoană desemnăm ansamblul însuşirilor psihice care asigură adaptarea la mediul social-istoric. Persoana este individul luat în accepţiunea lui psihologică, deci cu viaţa sa psihică constituită, superioară, conştientă. Caracteristicile persoanei sunt:

1. ea este un produs determinat socio-istoric, desemnând omul în contextul relaţiilor sociale sau ca membru al societăţii;
2. noţiunea de persoană este aplicabilă doar omului, dar nu în general, ci doar celui normal dezvoltat din punct de vedere psihic (copiilor la naştere şi bolnavilor psihici nu li se poate acorda atributul de persoană).

• Conceptul de personalitate

Aşa cum organizarea structural-funcţională a individului se diferenţiază şi se specializează în timp, tot aşa şi organizarea psihică a persoanei suportă de-a lungul timpului un proces de diferenţiere şi specializare, valorizându-se şi devenind unică. Am putea spune că personalitatea este persoana plus o notă de valoare, ea este organizarea superioară a persoanei. De altfel, Goethe scria în *Faust:*

O spun şi regii
O spun şi magii
Că din toate câte pe lume avem
Personalitatea este binele suprem.

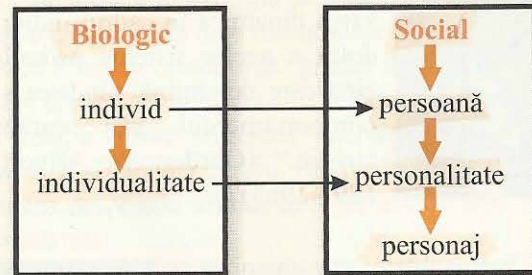
Pentru Goethe, personalitatea este o valoare morală supremă. Ne putem întreba însă dacă ea este doar o valoare morală, nu cumva şi una socială, culturală, istorică etc.? Din spusele lui Goethe, ar trebui să reţinem nu că personalitatea este o valoare morală, ci că ea este, înainte de toate, o valoare.

• **Conceptul de personaj**

Prin conceptul de personaj desemnăm manifestările personalităţii în afară, în comportament. Personajul este „persoana în rol", altfel spus omul interpretat ca rol social, şi cum fiecare poate juca mai multe roluri, înseamnă că el se manifestă prin mai multe personaje, îşi relevă faţă de alţii diverse „faţete" ale personalităţii sale. Dat fiind faptul că sub fiecare personaj se află o personalitate înseamnă că personajul este *veşmântul social* al personalităţii, uneori *chiar învelişul ei protector, mecanismul de apărare.* Personajul se prezintă ca o „faţetă", ca o imagine fragmentată a personalităţii, ca o mască în spatele căreia se află personalitatea. Personajul dezvăluie sau ascunde, relevă sau trădează personalitatea. Între personalitate şi personaj pot exista relaţii de echilibru, de coexistentă şi armonie, dar şi relaţii de disonanţă şi dezechilibru (în acest ultim caz putem asista la apariţia unui fenomen de depersonalizare, dedublare, care perturbă funcţionarea normală a personalităţii).


Personalitate – personaj

Cele cinci noţiuni şi relaţiile dintre ele pot fi dispuse ca în schema următoare:



Din această schemă, rezultă următoarele:

- Noţiunile de individ şi individualitate se dispun în plan biologic, pe când cele de persoană, personalitate şi personaj în plan social.
- Persoana este corespondentul în plan social al individului din plan biologic, iar personalitatea, a noţiunii de individualitate din plan biologic.
- Corespunzător procesului de individualizare a individului din plan biologic, întâlnim particularizarea persoanei, în plan social şi convertirea ei în personalitate.
- Aceste noţiuni acoperă realităţi diferite între ele presupunând totodată o asociere şi corespondenţă logică, fapt care impune utilizarea lor diferenţială.
- Când ne referim la omul normal dezvoltat din punct de vedere psihic este mai bine să recurgem la noţiunile de persoană şi personalitate decât la cea de individ. Numirea unui om cu termenul de individ ascunde intenţia de desconsiderare şi de reducere a acestuia la atributul de fiinţă biologică, de simplu „tub digestiv".

1.2. Definirea personalităţii

Din multitudinea definiţiilor formulate cu privire la personalitate, vom prezenta doar câteva selectate de la autori din perioade istorice şi zone geografice diferite.



„Personalitatea este organizarea dinamică în cadrul individului a acelor sisteme psihofizice care determină gândirea şi comportamentul său caracteristic." (Gordon W. Allport, 1897-1967)



„Personalitatea este organizarea mai mult sau mai puţin durabilă a caracterului, temperamentului, inteligenţei şi fizicului unei persoane. Această organizare determină adaptarea sa unică la mediu." (Hans J. Eysenck, 1916-1997)



„Personalitatea este un macrosistem al invarianţilor informaţionali şi operaţionali ce se exprimă constant în conduită şi sunt definitorii sau caracteristici pentru subiect." (Paul Popescu-Neveanu, 1926-1994)

Din aceste definiţii, rezultă principalele caracteristici ale personalităţii:

• **Caracterul sistemic, chiar macrosistemic**

Personalitatea este compusă dintr-o serie de elemente legate între ele, corelate şi consistente unele cu altele, nu independente sau simplu juxtapuse.

• **Durabilitatea, stabilitatea, persistenţa în timp**

Personalitatea este relativ stabilă, relativ identică cu sine însăşi, neputând fi radical modificată de situaţiile tranzitorii sau accidentale.

• **Esenţialitatea**

Însuşirile care compun personalitatea sunt esenţiale, definitorii pentru om, ele vizând aspectele cele mai importante ale manifestării omului privind orientarea sa, opţiunile şi răspunsurile sale fundamentale.

• **Structuralitate şi dinamism**

Personalitatea presupune organizare, ierarhizare, dar şi dezintegrare progresivă. Structurile personalităţii se pot restructura, modifica şi perfecţiona în grade diferite în funcţie de cerinţele relaţionării cu ambianţa.

• **Finalitate adaptativă**

Personalitatea nu este inactivă, inertă; ea este ceva şi face ceva: filtrează, motivează şi direcţionează, selectează şi programează, îl determină pe om să gândească asupra mediului şi să se adapteze la acesta prin comportamentele sale, asigurând atât supravieţuirea cât şi creşterea şi dezvoltarea personală.

• **Unicitatea**

Personalitatea realizează sinteza dintre trăsăturile/însuşirile generale, particulare şi individuale ale omului, căpătând în virtutea acestui fapt un caracter propriu, specific, unic.

Personalitatea nu este înnăscută. Omul nu se naşte cu personalitate, ci devine personalitate. La naştere copilul nu este o personalitate, ci un candidat la dobândirea acestui atribut. Personalitatea, chiar dacă are unele însuşiri biologic-ereditare, se obţine de-a lungul vieţii ca urmare a confruntărilor cu cerinţele mediului exterior, a reţinerii şi respingerii unora dintre ele, a valorizării şi generalizării unora şi a devalorizării şi excluderii altora. Despre personalitate se spune că este produsul împrejurărilor, ceea ce înseamnă că natura şi calitatea acestora ar determina calitatea personalităţii. Aceasta ne atrage atenţia asupra necesităţii creării unor medii sociale educogene, saturate şi impregnate cu influenţe pozitive, valorizate social-cultural.

De aici nu trebuie să înţelegem că personalitatea este inactivă, dimpotrivă ea poate influenţa, restructura împrejurările, chiar crea altele noi. Trebuie făcută distincţia dintre planul dezvoltării ontogenetice a personalităţii (când aceasta este mai degrabă produsul împrejurărilor) şi planul funcţional al personalităţii (când aceasta este în linii mari dezvoltată şi îşi impune cerinţele asupra propriei sale evoluţii).



Arătaţi prin analiza unui „caz" cele două expresii ale personalităţii: produs al împrejurărilor, producătoare de împrejurări.

1.3. Laturile personalității

Din ce se compune personalitatea? Psihologia tradițională vorbea despre componența tripartită a personalității, aceasta fiind interpretata ca fiind compusă din trei laturi: temperament, aptitudini, caracter. *Temperamentul* furnizează informații despre felul cum este și cum reacționează un om, iute sau lent, accelerat sau domol, mobil sau rigid, uniform sau neuniform, cu un surplus sau deficit de energie etc.). *Aptitudinile* spun despre om ce poate să facă sau cât de dotat este. În fine, *caracterul* arată cum se comportă omul în planul relațiilor sociale.



Înainte de a învăța despre temprament și caracter, puteți enumera câteva trăsături temperamentale și caracteriale care vă aparțin?

Psihologia contemporană preferă să vorbească despre componența personalității în cinci laturi, la cele trei dinainte adăugând inteligența și creativitatea. Multă vreme inteligența a fost integrată și „topită" în aptitudini, iar creativitatea neintegrată în personalitate deoarece a fost descoperită târziu, prin jurul anilor '50 ai secolului trecut. Dat fiind însă faptul că inteligența și creativitatea sunt distincte între ele și distincte și în raport cu celelalte trei, ele merită a fi considerate laturi de sine stătătoare ale personalității.

Așadar, considerăm că personalitatea are următoarele laturi:

1. **temperamentul** – latura dinamico-energetică;
2. **aptitudinile** – latura instrumental-operațională;
3. **caracterul** – latura relațional-valorică;
4. **inteligența** – latura rezolutiv -productivă;
5. **creativitatea** – latura transformațional-constructivă.

Îmbinarea, sudarea și interacțiunea acestor laturi generează structuri distincte de personalitate care îi acorda acesteia unicitate.

1.4. Tipuri de personalitate

Acestea se diferențiază în funcție de nivelurile calitativ-distincte la care ajunge personalitatea în evoluția sa. Clasificarea lor se face dependent de o multitudine de criterii. Dacă luăm în considerare gradul de diferențiere și specializare internă a personalității, ca și relația dintre structura internă a personalității și factorii externi (de mediu), atunci putem desprinde următoarele **tipuri de personalități:**

- **Personalități imature** caracterizate prin: simplitatea structurilor psihice componente; lipsa corelației logice dintre ele; funcționalitate neeficientă, situațională, imprevizibilă, inegală; scăzute posibilități adaptative (atât la situațiile comune, cât mai ales la cele noi).
- **Personalități mature** caracterizate prin: complexitate structural-funcțională cu componente intim corelate între ele, organizare, ierarhizare; adaptare suplă, flexibilă; mare eficiență.
- **Personalități accentuate** cu caracteristici care ies din comun, mai acute față de media populației, cu tendința de a aluneca în patologic fără a fi însă patologice; predispuse spre manifestări patologice mai ales în condiții defavorabile de viață; îngreunează adaptarea la mediu.
- **Personalități anormale/destructurate** care se deosebesc total față de media populației și sunt incapabile de a se adapta.

Maturitatea sau imaturitatea personalității poate fi psihică și socială. În acest din urmă caz, avem în vedere gradul de socializare a individului, de asimilare a modelelor socio-comportamentale definitorii pentru om; bogăția și calitatea acțiunilor și interacțiunilor sociale; adaptarea (deplină sau precară) la condițiile vieții sociale, împlinirea vocațională. Între maturitatea/imaturitatea psihică și cea socială există o strânsă interacțiune. De obicei maturitatea psihică este o premisă, o condiție pentru cea socială. La rândul ei, maturitatea socială poate impulsiona și facilita maturitatea psihică, ajutând-o pe aceasta să ajungă la forme calitativ superioare de dezvoltare.



Considerați că sunteți o personalitate matură și psihologic și social? Argumentați-vă opțiunea.

1.5. Centralitatea personalității în psihologie

Personalitatea în dubla ei ipostază, de realitate și de concept, ocupă un loc central sau, după cum se exprimă un cercetător, un loc proeminent în psihologie. Aceasta pe de o parte din rațiuni teoretice, pe de altă parte din rațiuni practice. Din punct de vedere teoretic, personalitatea este cadrul de referință fundamental pentru definirea sensului și valorii explicative a tuturor celorlalte noțiuni psihologice. Noțiunile de senzație, percepție, motivație, afectivitate, voință etc. n-ar avea aproape nici o semnificație dacă ar fi interpretate în sine, deci neraportate la personalitate. Personalitatea face ca senzațiile, percepțiile, gândurile unui om să dispună de o anumită finalitate, să se desfășoare într-un anumit ritm, să conducă sau nu la anumite rezultate favorabile, cu alte cuvinte să se personalizeze, să devină diferite de cele ale altor persoane.

Din punct de vedere practic, personalitatea este centrală pentru psihologie deoarece ea este prima, cea mai complexă și adeseori cea mai dramatică realitate umană cu care luăm contact și pe care urmează să o influențăm, s-o ameliorăm sau s-o schimbăm. Ea, personalitatea, reprezintă primul ghid în modelarea concretă a omului. Numai cunoscându-i laturile, structura, finalitatea, tipurile vom putea selecta și utiliza cele mai potrivite mijloace, metode, procedee de influențare educativă.

Raportată la celelalte procese și mecanisme psihice, personalitatea este *mecanismul psihic superior și integrator.*



Personalitatea:

- *le controlează pe celelalte;*
- *le integrează și subordonează scopurilor personale;*
- *dă viață celorlalte procese și mecanisme psihice, le orientează și le direcționează;*
- *le „forțează" să interacționeze activ între ele, să se diferențieze și stabilizeze;*
- *facilitează selecția diferitelor mijloace pentru punerea în funcțiune a mecanismelor psihice particulare;*
- *asigură folosirea personalizată a mecanismelor psihice, maniera diferită de funcționare a acestora de la un individ la altul (materiale identice sunt memorate diferit; una și aceeași problemă este rezolvată pe căi diferite);*
- *influențează pozitiv sau negativ funcționarea particulară a mecanismelor psihice;*
- *valorifică diferențiat și maximal celelalte mecanisme psihice și chiar propriile ei laturi (veți vedea în lecțiile următoare că dacă temperamentul este controlat de structurile caracteriale, va avea o altă funcționalitate și finalitate decât atunci când structurile caracteriale sunt insuficient formate sau sunt cu o încărcătură negativă).*

APLICAȚII

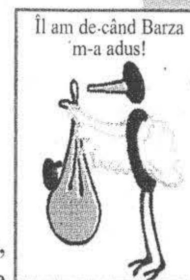
1. În continuare sunt notate câteva trăsături de personalitate:

a) sferă largă de interese;
b) capacitate de stabilire a relațiilor cu alții;
c) egocentrism;
d) toleranță;
e) acceptare de sine;
f) acuzatoare cu sine și cu alții;
g) autoobiectivitate, umor;
h) lipsă de intuiție;
i) acțiune fluctuantă (dependent de situații);
j) disimulează, pozează.

Care dintre aceste însușiri și comportamente caracterizează personalitatea matură și care pe cea imatură?


Personalități accentuate

2. Psihiatrul și neurologul german Karl Leonhard a publicat o carte (tradusă și în limba română) intitulată „Personalități accentuate în viață și literatură". Dacă veți consulta această lucrare, veți găsi multe exemple despre personalitățile accentuate: demonstrative, hiperexacte, labile, exaltate, anxioase, nestăpânite etc.



2. Temperamentul

Suntem la școală; într-o pauză stați undeva mai deoparte și priviți cu atenție la colegii de liceu. Dincolo de agitația specifică pauzei, veți constata lucruri interesante. Astfel, un elev, după ce are o dispută aprinsă cu alți colegi, pare că se enervează foarte tare, chiar va sări la bătaie, apoi se îndepărtează supărat; altul pare să fie foarte vesel, vorbăreț, spune glume, este antrenant în grupul lui; altul este foarte calm, explică ceva cu grijă, cu voce măsurată; altul stă undeva separat, îngândurat, pare că suferă „din dragoste".

2.1. Temperamentul ca latură expresivă și dinamico-energetică a personalității

Putem să spunem despre acești colegi de liceu (nu sunt din clasa noastră și nu îi cunoaștem) cât de inteligenți sunt, dacă sunt sinceri sau mincinoși, dacă au o memorie bună sau nu? Nu, nu putem, dar în schimb putem să spunem ceva despre temperamentul lor. Primul coleg este probabil un coleric, al doilea un sangvinic, al treilea un flegmatic și al patrulea un melancolic. Reușim acest lucru pentru că **temperamentul este latura expresivă a personalității.** Să ne amintim și alte trăsături ale celor patru colegi de mai sus: colericul pare să aibă o constituție atletică, trăsături mai colțuroase; sangvinicul pare să aibă trăsături mai armonioase, fața lui este destinsă; flegmaticul arată cam dolofan, se mișcă mai greoi, figura este mai puțin expresivă; melancolicul are privirea pierdută, pare rigid, încordat, tensionat, fața lui exprimă un aer trist, îngândurat. Corpul, configurația somatică, figura, expresia feței, mișcările spun și ele multe despre temperamentul omului. De asemenea, energia, activismul, vitalitatea, forța, viteza mișcărilor, mobilitatea lor sunt indicatori ai temperamentului.

Temperamentul desemnează latura dinamico-energetică a personalității.

Temperamentul este înnăscut; particularitățile sale țin de structura somatică, de sistemul nervos, de reactivitate, resurse energetice. Dar el nu se manifestă în același mod pe tot parcursul vieții, începând de la naștere. **Temperamentul evoluează** în raport cu întregul organism și sistemul nervos, astfel încât trăsăturile de temperament se maturizează, sunt deplin reliefate la sfârșitul adolescenței, se mențin relativ constante până spre bătrânețe, când cunosc un proces de aplatizare datorită pierderii vitalității, vigorii, vivacității, vioiciunii. În schimb, unele trăsături devin mai accentuate, se rigidizează (iritabilitatea la un coleric, depresia la un melancolic, închistarea la un flegmatic etc.).

Trăsăturile de temperament nu au un conținut psihologic în sine, ele țin de aspectul expresiv, dinamico-energetic al conduitei. **Temperamentele nu sunt bune sau rele, de dorit sau indezirabile.** Cu aceste trăsături ne naștem și ele se constituie în fundamentul personalității. Pe ele se grevează celelalte trăsături, cărora le imprimă o anumită nuanțare, expresivitate, dinamism, vivacitate sau, dimpotrivă, inhibiție, retragere.

Temperamentele, tipurile de temperament pe care le vom prezenta în continuare nu trebuie să fie luate ca atare, **nu există temperamente pure.** Chiar etimologia latină a cuvântului sugerează că „*tempera-temperare*" înseamnă a amesteca. În mod potențial, ele coexistă în fiecare persoană, dar se manifestă mai pregnant unele sau altele. Așadar, temperamentul real al omului este o combinație originală, aparte, care îl individualizează. Totuși **temperamentul este o particularitate foarte generală a personalității,** în interiorul unei tipologii sau al unui tip intră un număr foarte mare de oameni. Aceasta a și făcut ca tipologiile temperamentale – deși sunt destul de numeroase în fapt – să prezinte multe puncte comune. Acest lucru este normal pentru că specia umană este unitară în diversitatea ei.

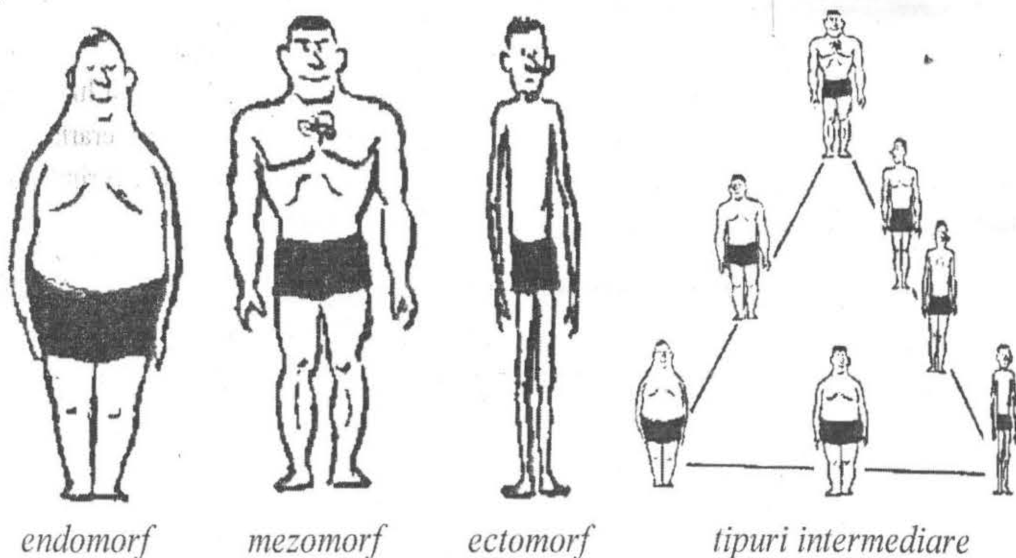
În timp, oamenii de știință au identificat și alte aspecte care definesc temperamentul și au elaborat variate *tipologii temperamentale.* O tipologie cuprinde un ansamblu de caracteristici temperamentale comune unui număr mare de indivizi. *Tipul* întrunește atributele cele mai caracteristice, este prototipul unei tipologii (categorii) temperamentale. Când spunem „tipul coleric", „sangvinic", „flegmatic" sau „melancolic", ne referim la tipologia clasică a temperamentelor. Dar mai există și alte tipologii și vom realiza o trecere în revistă a principalelor tipologii temperamentale.

2.2. Tipologii și portrete temperamentale

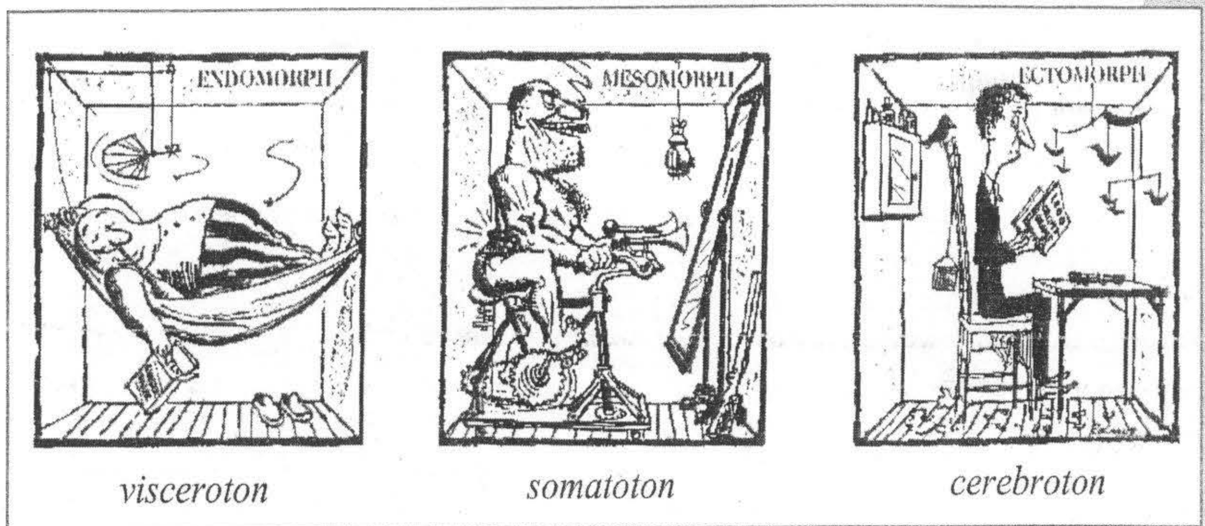
Trăsăturile temperamentale au atras atenția savanților preocupați să înțeleagă manifestările psihice ale oamenilor. Dar și pentru oamenii obișnuiți manifestările temperamentale ies cel mai ușor în evidență, sunt cel mai ușor de evaluat pentru că prezintă o expresivitate deosebită.

Prima tipologie cunoscută este cea realizată de către medicii antichității Hipocrate și Galenus. Ei au pus la baza temperamentului combinarea – *temperare* – a patru umori sau substanțe primare ale corpului omenesc. Predominarea unei umori conduce la reliefarea unui tip temperamental. Pentru medicina și psihologia modernă, această clasificare este naivă, dar cele patru tipuri temperamentale au rămas – cu numele – în psihologie. Corespondența propusă era următoarea: sânge – sangvinic; bilă galbenă – coleric; limfă – flegmatic și bilă neagră – melancolic.

Mult mai târziu, pe la sfârșitul sec. al XIX-lea și începutul sec. XX, s-a impus în medicina și psihologia vremii o orientare care pune în legătură aspectul somatic (constituția corporală) și unele manifestări temperamentale. Astfel, psihiatrul german **E. Kretschmer**, pe baza observațiilor clinice, ajunge la concluzia că o anumită constituție corporală se asociază cu anumite manifestări în plan psihologic, afectiv și psihopatologic. **Picnicul** este scund, bondoc, îndesat, extravert, vioi, dinamic – este un **ciclotim**, oscilează între tristețe și veselie. **Astenicul** este filiform, longilin, este un om interiorizat, oscilând între instabilitate și calm – este un **schizotim**, cu trăiri afective foarte interiorizate. **Atleticul** prezintă o alură sportivă, armonios dezvoltată, este un tip direct și deschis în manifestări, cu o mare nevoie de mișcare. **Displasticul** prezintă malformații corporale cu efecte variabile în plan temperamental. Istoria psihologiei a reținut primele două tipuri temperamentale, care au fost descrise mai amplu de către autor.



endomorf *mezomorf* *ectomorf* *tipuri intermediare*



visceroton somatoton cerebroton



*Mergând pe aceeaşi linie a **biotipologiei constituţionale**, medicul şi psihologul american **W. Sheldon** a pornit de la cele trei foiţe embrionare care stau la baza dezvoltării diferitelor structuri somatice (vezi figurile de mai sus).*

*Astfel, pornind de la **endoderm**, din care se vor dezvolta viscerele digestive, rezultă **endomorful** ca biotip şi **viscerotonul** ca tip temperamental, care se caracterizează prin nevoia de odihnă şi relaxare, nevoia de confort, plăcerea digestiei, dependenţa de aprobarea socială a celorlalţi, nevoia de a fi consolat de semeni la necaz. Cea de a doua foiţă germinativă embrionară **mezoderma,** din care se va dezvolta sistemul muscular, conduce la biotipul **mezomorf**, greoi, masiv, puternic şi la tipul temperamental **somatoton**, activ, energic, direct în manifestări, tipul aventurierului şi al soldatului. Din foiţa embrionară **ectoderma,** din care se vor dezvolta sistemul osos, rezultă biotipul **ectomorf**, slab, cu muşchii nedezvoltaţi, osos, longilin, iar în plan temperamental tipul **cerebroton**, interiorizat, rezervat şi izolat, preferă singurătatea, este inhibat şi reţinut în manifestări.*



Comparaţi tipologia lui Kretschmer cu cea a lui Sheldon.

Încercaţi să vă caracterizaţi temperamentul orientându-vă după cele două tipologii.

Biotipologiile constituţionale sunt sugestive, dar nu li se poate acorda credit deplin. Există variate tipuri intermediare şi influenţe de ordin socio-cultural care pot modifica manifestările descrise mai sus. De aceea s-a impus luarea în considerare şi a altor factori care determină temperamentul.

Tot pe la începutul sec. al XX-lea în Rusia, fiziologul **I.P. Pavlov** a întreprins cercetări minuţioase asupra dinamicii activităţii nervoase superioare (ANS) urmărind trei indicatori: forţa, echilibrul şi mobilitatea proceselor nervoase fundamentale – excitaţia şi inhibiţia.

Forţa este criteriul principal de caracterizare a tipului de ANS şi desemnează amplitudinea modificărilor electro-chimice de la nivelul neuronului. Se exprimă prin rezistenţa la oboseală nervoasă, rezistenţa la solicitări intense, la factori majori de stres (activitate sub presiunea timpului, responsabilităţi majore). În raport cu forţa, Pavlov stabileşte două tipuri: **puternic** şi **slab**.

Mobilitatea proceselor nervoase fundamentale, excitaţia şi inhibiţia exprimă dinamica raporturilor dintre acestea, uşurinţa cu care se trece dintr-o stare în alta, rapiditatea cu care se instalează unul sau altul dintre cele două procese. Mobilitatea se manifestă, mai ales, în viteza trecerii de la o activitate la alta, rapiditatea şi flexibilitatea adaptării la situaţii noi. În raport cu acest criteriu, sunt stabilite tipurile **mobil** şi **inert**.

Echilibrul exprimă raporturile de forţă între excitaţie şi inhibiţie. Dacă domină forţa excitatorie, atunci vorbim despre **impulsivitate**, dacă domină forţa inhibitorie atunci vorbim despre **inhibiţie**, iar dacă forţa celor două procese este aproximativ egală, vorbim despre **echilibru.** Pornind de la acest criteriu, s-au stabilit două tipuri: **echilibrat** şi **neechilibrat**, care la rândul lui se subdivide în **neechilibrat excitabil** şi **neechilibrat inhibat**.

Prin combinarea tipurilor care rezultă din manifestările de forță, echilibru și mobilitate, I.P. Pavlov stabilește **patru tipuri de ANS** cărora le-a atașat denumirile din tipologia clasică, întrucât a considerat că există o corespondență acceptabilă (vezi tabelul de mai jos).

Caracteristicile excitației și inhibiției / Tipuri de ANS			Temperamente
Forța	Echilibrul	Mobilitatea	
Puternic	echilibrat	mobil	sangvinic
	echilibrat	inert	flegmatic
	neechilibrat-excitabil	–	coleric
Slab	–	–	melancolic

Tipologia lui Pavlov a constituit un progres față de cele anterioare, dar i se poate reproșa excesul de fiziologizare precum și lipsa de nuanțare din punct de vedere psihologic.

În psihologia modernă, s-a impus contribuția lui C. G. Jung și a lui H. J. Eysenck, care au introdus *criterii psihologice în evaluarea și descrierea temperamentelor.*

Savantul elvețian **C. G. Jung** propune abordarea temperamentului în funcție de orientarea subiectului spre lume și spre propria persoană. Cele două tipuri majore sunt *extravertul* și *introvertul.*

Extravertul este orientat spre exterior, este sociabil, caută emoțiile puternice, își asumă riscuri, acționează sub imboldul momentului, este impulsiv, îi place schimbarea, este un optimist, îi plac distracțiile, să fie în mișcare, să acționeze, este superficial în sentimentele sale.

Introvertul este liniștit, introspectiv, izolat, rezervat, distant, prudent, preferă o viață organizată; își controlează și cenzurează puternic sentimentele, este rareori agresiv, înclinat să fie pesimist, foarte stabil în sentimentele sale.

Cele două tipuri generale se asociază cu alte patru tipuri funcționale prin raportarea la gândire, sentiment, senzație și intuiție. Senzația este funcția realului, gândirea este funcția rațiunii, sentimentul este funcția simțământului, iar intuiția este funcția înțelegerii spontane. Din combinarea tipurilor majore cu cele funcționale rezultă opt tipuri temperamentale.

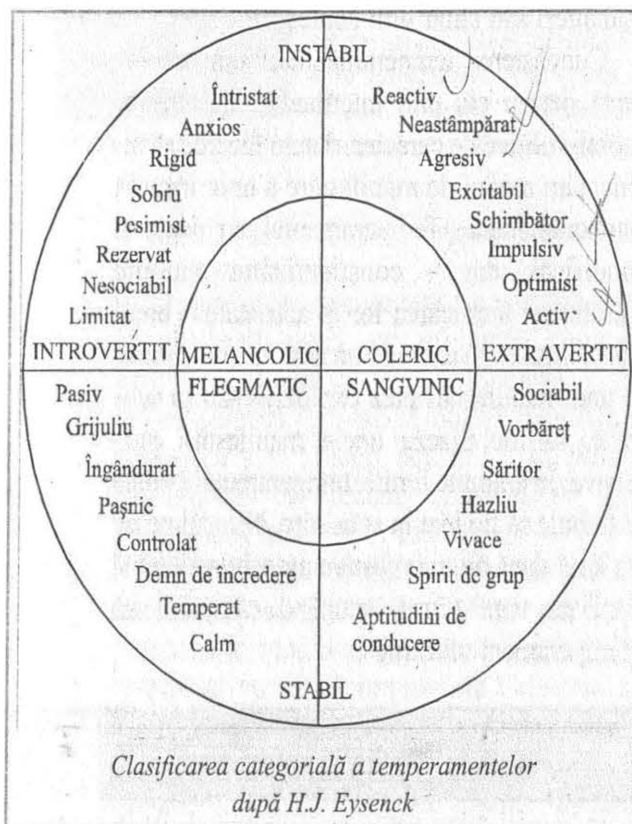
Tipuri majore	Tipuri funcționale			
	Gândire	Sentiment	Senzație	Intuiție
Extravert	E – gânditor • adaptabil • bun organizator	E – sentimental • prietenos • depinde de ceilalți	E – senzitiv • abil • descurcăreț	E – intuitiv • inovator • explorator
Introvert	I – gânditor • speculativ • metodic	I – sentimental • pasiuni violente • aparență liniștită	I – senzitiv • centrat pe sine • ezitant	I – intuitiv • vizionar • idealist

Psihologul englez **H.J. Eysenck** și-a dedicat întreaga viață elaborării unei teorii coerente și a unor instrumente (teste) de investigare a temperamentului. Pornind de la teoria lui Jung, Eysenck a adăugat la dimensiunea extraversiune-introversiune dimensiunea stabilității-instabilității neuropsihice, numită nevrozism.

Nevrozismul prezintă la un pol note ridicate de stabilitate emoțională, rezistență la șocuri și lovituri morale, calm, echilibru, bună rezistență la stres. La celălalt pol, vorbim de labilitate

emoţională, sensibilitate excesivă, rezistenţă scăzută la şocuri emoţionale şi la stres. Autorul ne atrage atenţia că cele două dimensiuni trebuie să fie privite ca un continuum pe o scală de intensitate de la introversiune la extraversiune şi de la stabilitate la instabilitate cu trepte intermediare proprii ambivertului şi stabilităţii relative.

Pornind de la cele două axe, Eysenck a elaborat o clasificare categorială a temperamentelor cu ajutorul căreia descrie cele patru tipuri fundamentale de temperament (vezi tabelul de mai jos).



Clasificarea categorială a temperamentelor după H.J. Eysenck

2.3. Caracterizarea temperamentelor

Pentru a caracteriza temperamentul unui om şi a elabora portretul lui temperamental, putem apela la tipologiile temperamentale descrise în lecţie, dar trebuie să avem în vedere şi o serie de criterii de diagnosticare. Paul-Popescu Neveanu, în urma studierii aprofundate a temperamentului, a identificat o serie de criterii, dintre care amintim:

- rezistenţa la oboseală şi uşurinţa recuperării după efort;
- rezistenţa la încercări majore ale vieţii: accidente, lovituri morale, pericole;
- viteza de reacţie şi capacitatea de a reacţiona simultan la mai mulţi stimuli;
- răbdarea, rezistenţa la monotonie;
- autocontrolul;
- echilibrul emoţional;
- tempoul, ritmul mişcărilor şi al vorbirii;
- viteza de adaptare la împrejurări noi;
- viteza de comutare de la o activitate la alta ş.a.m.d.

Având în vedere aceste criterii şi tipologiile descrise în lecţie, vom prezenta portretele temperamentale ale celor patru tipuri fundamentale.

Colericul este predominant extravert, instabil, excitabil, reactiv, impulsiv şi foarte activ. Consumă o mare cantitate de energie nervoasă, se implică în activitate cu mult entuziasm, dar acest consum nervos excesiv îl conduce la epuizare, căderi nervoase sau chiar depresii. Nu suportă activităţile şi ocupaţiile monotone, statice, tinde să ia iniţiativa, orientat spre schimbare, dornic să conducă şi să se impună.

Sangvinicul este predominant extravert, stabil, dinamic, sociabil, prietenos, dependent de grup, are nevoie de recunoaşterea grupului, de aprecierea celor din jur; ştie să se facă plăcut, este preocupat să lase o impresie bună; leagă uşor prietenii, dar tinde să fie superficial şi inconstant în sentimente.

Flegmaticul este predominant introvert, stabil, constant, calm, echilibrat, ponderat şi prudent; este mai rezervat, leagă mai greu prietenii, dar este constant în sentimente; este răbdător, perseverent, rareori izbucneşte, dar când o face are manifestări explozive.

Melancolicul este predominant introvert, instabil, înclinat spre autoanaliză excesivă, neîncrezător în sine şi în ceilalţi, temător, nesigur, înclinat spre visare, cu un slab spirit practic.

2.4. Temperamentul și raporturile lui cu celelalte laturi ale personalității

Temperamentul ca latură dinamico-energetică și expresivă a personalității interacționează cu aptitudinile și caracterul, influențând și fiind influențat la rândul lui. Fiind înnăscut, temperamentul precede celelalte manifestări ale personalității care se vor dezvolta pe acest fundament. Rezultă că temperamentul își va pune amprenta specifică asupra aptitudinilor și caracterului; dar fără a le determina în conținutul lor psihologic, ci în forma și expresivitatea lor. Aptitudinile simple, derivate din capacitățile înnăscute ale sistemului nervos și analizatorilor, vor suporta o influență din partea temperamentului. Timpul de reacție, promptitudinea, coordonarea, precizia și finețea mișcărilor, aptitudinile fizico-sportive vor fi influențate de particularitățile dinamico-energetice ale temperamentului. În schimb, aptitudinile complexe, generale, cum ar fi, de exemplu, inteligența nu suportă influențe din partea tipului temperamental. În acselași timp, acele aptitudini simple și speciale care solicită dinamica energetică a activității nervoase tind să accentueze unele trăsături temperamentale, fără a le putea modifica.

Caracterul nu suportă influențe din partea temperamentului. Se poate vorbi cel mult de o anumită nuanțare sau „pată de culoare". Deși temperamentul nu este încărcat valoric, nu sunt temperamente bune sau rele, totuși oamenii tind să aprecieze în relațiile interpersonale mai mult oamenii cu un temperament comunicativ, deschis, sociabil, oamenii veseli, destinși decât oamenii întristați, triști, rezervați, prea exigenți. Deseori, cădem pradă acestor erori de evaluare și acest lucru se întâmplă chiar și celor care trebuie să adopte decizii, cum ar fi manageri sau chiar unii profesori.

Cunoașterea temperamentului este importantă pentru că, prin intermediul trăsăturilor moral-volitive de caracter, putem încerca să influențăm modul de manifestare a unor însușiri temperamentale. Temperamentul nu poate fi modificat, dar – conștientizând anumite trăsături și implicarea lor în activitate – omul poate încerca să exercite un anumit autocontrol al unor manifestări prea explozive sau să activeze, să mobilizeze unele manifestări prea pasive. În anumite limite, temperamentul poate și trebuie să fie luat în stăpânire. Nimeni nu ne va ierta dacă ne manifestăm agresiv, violent și apoi ne vom scuza, spunând că avem un „temperament vulcanic".

APLICAȚII

1. Deși temperamentul este înnăscut, totuși suportă unele influențe externe; încercați să evidențiați și să analizați aceste influențe.

2. Alegeți o profesie pe care v-ar plăcea să o urmați și analizați trăsăturile temperamentale proprii raportate la cerințele acelei profesii pentru a vă da seama în ce măsură vi s-ar potrivi profesia respectivă.

3. Dacă ați răspuns la întrebarea nr. 2, înseamnă că veți reuși să realizați portretul temperamental propriu; încercați acest lucru.

4. Dacă ați răspuns la întrebarea nr. 3, putem merge mai departe și vă propunem următorul exercițiu: rugați unul, doi colegi mai apropiați să vă facă portretul temperamental și consemnați cele spuse de ei, apoi comparați cu portretul propriu. Identificați punctele comune și diferențele. Evident că punctele comune ne oferă un grad mai ridicat de certitudine.

3. Aptitudinile



Este cunoscut faptul că oamenii se diferenţiază între ei prin rezultatele activităţii desfăşurate. Unii sunt neîntrecuţi în ceea ce priveşte forţa fizică, alţii în mânuirea unor unelte, alţii în folosirea diferitelor instrumente muzicale (de exemplu, compozitorul George Enescu, considerat un virtuoz al viorii), alţii în confecţionarea unor noi produse etc. Aceste calităţi atrag după sine atribuirea unor calificative celor care le posedă, precum „înzestrare", „măiestrie", „dibăcie" etc.


George Enescu, 1881-1955

3.1. Definire şi caracterizare generală

Despre oamenii care reuşesc să desfăşoare la un înalt nivel de eficienţă anumite activităţi, spunem că „sunt apţi pentru...", iar pe cei care nu reuşesc să obţină rezultate îi etichetăm a fi „inapţi pentru...". În primul caz, vorbim de prezenţa *aptitudinilor,* care favorizează succesul în activitate.

Aptitudinile răspund întotdeauna la întrebarea „ce poate să facă şi ce face" persoana în mod real în contextul diferitelor sarcini şi solicitări impuse de existenţa sa socială. De aceea, în analiza lor teoretică şi în organizarea procesului lor de dezvoltare, se impune delimitarea a două aspecte: a) unul *absolut,* ce se referă la gradul de disponibilitate a individului pentru o activitate sau alta, pentru o categorie sau alta de sarcini, relevând în ce măsură individul reuşeşte să facă faţă situaţiilor problematice în care este pus şi cu cât efort fizic sau psihic; b) altul *relativ* (diferenţial), ce se referă la rangul pe care individul dat îl ocupă în mulţimea persoanelor care îndeplinesc o aceeaşi activitate, răspunzând la întrebarea: *cât de mult face şi cât de bine face în raport cu alţii.*

Făcând o sinteză a punctelor de vedere exprimate de autori diferiţi, putem defini aptitudinile astfel:

Ansamblu de însuşiri de ordin instrumental-operaţional care diferenţiază oamenii între ei în ceea ce priveşte maniera de desfăşurare a diferitelor activităţi şi, mai ales, în ceea ce priveşte randamentul cantitativ şi calitativ al acestora.

Plecând de la această definiţie, reies în mod direct sau indirect o serie de caracteristici ale aptitudinilor:

- Nu orice însuşire psihică este aptitudine, ci numai aceea care favorizează desfăşurarea unei activităţi cu *rezultate supramedii.*
- Aptitudinea diferenţiază indivizii între ei, elementul principal constituindu-l randamentul cantitativ şi calitativ.
- Nivelul de dezvoltare şi funcţionalitate a aptitudinilor poate fi analizat şi evaluat după următorii indicatori ai comportamentului acţional: rapiditate, volum, precizie, originalitate, eficienţă.
- Aptitudinea se deosebeşte de alte componente psihice ale personalităţii, deşi şi acestea au un rol în realizarea unor tipuri de activitate. De exemplu: cunoştinţe, priceperi, deprinderi. Desigur, ele sunt integrate împreună cu aptitudinile în latura instrumental-operaţională a personalităţii.

Aptitudinile se realizează prin procese psihice, *„funcţionalitatea acestora constituind cea mai generală explicaţie psihologică a lor"* (P. Popescu-Neveanu).

Unele aptitudini se realizează prin procese psihice mai numeroase şi mai variate, altele, din contră, printr-un număr redus de procese. Pe de altă parte, putem afirma că un anumit proces psihic, privit din perspectiva randamentului cantitativ şi calitativ, ne apare ca... aptitudine !!!

Astfel:

- cel care reproduce corect şi fidel foarte multă informaţie dă dovada că este în posesia unor **aptitudini mnezice**; rămânem efectiv impresionaţi de unii dintre colegii noştri, care reuşesc să reţină cantităţi mari de informaţii fără eforturi deosebite şi care le reproduc oricând cu lux de amănunte;



> Încercaţi să identificaţi pe colegii voştri care au asemenea aptitudini.
> Ce legătură există între acestea şi rezultatele lor şcolare?

- despre persoanele care reuşesc să identifice şi să diferenţieze cu uşurinţă diferiţi stimuli (vizuali, auditivi, olfactivi etc.), spunem că sunt în posesia unor **aptitudini senzorial-perceptive**; de exemplu, în planul discriminării cromatice, cei care au aptitudini diferenţiază foarte multe nuanţe de culori;
- cei care rezolvă uşor şi într-o manieră originală anumite situaţii problematice deţin **aptitudini intelectuale.**

Nu trebuie să se tragă concluzia că aptitudinile se identifică cu procesele psihice, acestea din urmă având un rol bine determinat în cadrul vieţii noastre psihice.

Uneori, atât în psihologie, cât şi în limbajul obişnuit, se foloseşte şi termenul de **capacitate** atunci când se face referinţă la componentele instrumental-operaţionale ale personalităţii. Desigur, nu se poate pune un semn de egalitate între aptitudine şi capacitate, însă între ele ca realităţi psihologice există o foarte strânsă interdependenţă. Aptitudinile reprezintă însuşirile potenţiale ce urmează a fi puse în valoare atunci când sunt asigurate condiţii optime, iar capacităţile sunt aptitudinile împlinite care s-au consolidat prin exerciţiu şi s-au îmbogăţit cu cunoştinţe adecvate. *„Capacitatea este aptitudinea plus câştigul ei în calitate, venit prin exerciţiu“* (Fl. Ştefănescu-Goangă).

Forma superioară de dezvoltare a aptitudinilor, precum şi combinarea lor originală, care asigură creaţia de valori noi şi originale, reprezintă **talentul** (vezi figura alăturată).

Nivelul cel mai înalt de dezvoltare a aptitudinilor manifestate într-o activitate creatoare de importanţă istorică pentru viaţa societăţii şi progresul cunoaşterii îl reprezintă **geniul.**



Talent în patinajul artistic

Din punct de vedere statistic, dintre cei dotaţi cu aptitudini, mult mai puţini au şi talent şi extrem de puţini devin geniali.

3.2. Rolul eredităţii şi mediului în formarea şi dezvoltarea aptitudinilor

Întrebarea dacă aptitudinile sunt înnăscute sau dobândite a fost pusă mereu de-a lungul timpului, răspunsurile, însă, au fost destul de diferite. Ele pot fi, totuşi, grupate în jurul următoarelor poziţii:

1. **Aptitudinile sunt înnăscute.** Printre autorii care au susţinut foarte mult acest punct de vedere se remarcă F. Galton, autorul lucrării *„Caracterul ereditar al geniului“*, în cadrul căreia contesta dependenţa aptitudinilor şi talentelor de condiţiile obiective de viaţă a indivizilor umani. Metoda folosită era cea a *genealogiilor* şi ea consta în stabilirea numărului personalităţilor de seamă din cadrul desecendenţilor unor persoane cu un înalt statut social (judecători, militari, muzicieni etc.).

2. **Aptitudinile sunt dobândite**, un rol deosebit având-ul activitatea de învăţare. Metoda folosită este cunoscută sub numele de *metoda gemenilor* sau *metoda gemelară*. Este vorba de studiul gemenilor, atât univitelini, cât şi bivitelini, care au fost cres-cuţi în aceleaşi condiţii sau în condiţii diferite de mediu şi de educaţie, în vederea evidenţierii, mai ales, a deosebirilor pe linie intelectuală şi de personalitate.

3. **Aptitudinile, deşi depind şi de ereditate, sunt influenţate în mai mare măsură de factorii de mediu şi de educaţie.** Astfel, pentru psihologul francez R. Zazzo, aptitudinile depind în proporţie de 1/5 de ereditate şi în proporţie de 4/5 de factorii de mediu. Deci raportul este de 4 la 1 în favoarea mediului !!!

4. Punctul de vedere al psihologiei moderne este cel ce ia în considerare **interacţiunea factorilor ereditari şi a factorilor de mediu.** Factorii ereditari nu au un rol de determinare, ci de *condiţionare* a aptitudinilor şi ei se referă la ansamblul de dispoziţii sau predispoziţii, cum ar fi:

- particularităţile morfo-funcţionale ale organelor de simţ;
- tipul de sistem nervos;
- plasticitatea scoarţei cerebrale;
- capacitatea scoarţei cerebrale de a forma reflexe condiţionate;
- particularităţi ale aparatului fonator;
- particularităţi ale sistemului osteomuscular.

Dotarea ereditară poate ajuta sau, dimpotrivă, poate îngreuna formarea aptitudinilor. Astfel, în caz de subdotare, învăţarea este în mai mare măsură împiedicată, iar, în caz de supradotare, învăţarea este mult ajutată, conducând la formarea aptitudinilor şi la obţinerea unor rezultate remarcabile.

Desigur, dotarea ereditară nu prezintă o aceeaşi importanţă pentru orice tip de activitate umană. Astfel, dacă în domeniul activităţii artistice este necesară o dotare superioară, pentru alte activităţi (tehnice, ştiinţifice, organizatorice etc.) este necesară o dotare potenţial-ereditară normală.

Faptul că existenţa unor însuşiri înnăscute favorizează dezvoltarea unor aptitudini specifice este susţinut de cazul unor mari personalităţi creatoare în domeniul artistic, care au devenit „productive“ deosebit de timpuriu în dezvoltarea şi evoluţia lor individuală.

Astfel, G. Enescu cânta la vioară la 4 ani şi, la 7 ani, intra la Conservatorul din Viena, Mozart compunea menuete la 5 ani, Nicolae Grigorescu îşi câştiga existenţa cu iconiţe pictate de el pe la vârsta de 7-8 ani, Goldoni scria o comedie la 9 ani, Voltaire citea curent la 3 ani, Goethe realiza lucrări literare la 8 ani, Nicolae Labiş înfiinţa un cenaclu literar la 13 ani, G. Sand compunea lungi poveşti încă înainte de vârsta de 3 ani.

Există, totodată, şi cazuri de mari personalităţi creatoare care au început să „producă“ mult mai târziu.

St. Aksakov realizează prima sa lucrare literară la 56 de ani, primul volum de versuri al lui T. Arghezi apare la vârsta de 47 de ani, M. Cervantes termină de scris „Don Quijote“ la vârsta de 68 de ani, B. Show publică piesa „Căsuţa cu mere“ la 73 de ani şi alte scrieri la 92 de ani, G. Bell a rezolvat problema stabilităţii echilibrului la avioane la 70 de ani, V. Tizian realizează celebra pânză „Bătălia de la Lepanto“ la 95 de ani.

Aceste exemple demonstrează rolul deosebit al activităţii susţinute, al angajării personalităţii pe linia activităţii creatoare.

Există însă şi cazuri de mari personalităţi care, atunci când erau şcolari, primeau calificative defavorabile, în sensul că erau consideraţi inapţi pentru domeniile în raport cu care, ulterior, s-au dovedit geniali. De exemplu, Newton, Napoleon, Humboldt, Molière, Pasteur, Verdi etc.

Cum poţi explica asemenea cazuri?



Pasteur în laboratorul său

3.3. Clasificarea aptitudinilor

Aptitudinile se pot clasifica în funcţie de următoarele criterii: a) structura şi gradul lor de complexitate; b) specificul activităţii solicitante.

a) Conform primului criteriu, deosebim două categorii de aptitudini: **simple** şi **complexe**. **Aptitudinile simple** se referă la o serie de însuşiri dezvoltate peste medie, care permit desfăşurarea cu un randament sporit a unor activităţi. De exemplu: sensibilitate kinestezică, acuitate vizuală, distribuţia atenţiei, forţa imaginaţiei, discriminarea culorilor etc. **Aptitudinile complexe** rezultă din îmbinarea şi organizarea specifică a unor aptitudini simple şi nu doar din însumarea acestora. Pe măsură ce individul uman desfăşoară un anumit tip de activitate (tehnică, matematică, pedagogică etc.), se realizează o perfecţionare continuă a aptitudinilor simple, însă lucrul cel mai important, acestea sunt integrate în formaţiuni psihologice mai complexe, cu o organizare specifică în care regăsim preluate, interiorizate şi generalizate moduri de acţiune şi operaţii specifice acelui tip de activitate.

b) După cel de-al doilea criteriu, aptitudinile se împart în: **speciale** şi **generale**. Cele speciale sunt necesare pentru desfăşurarea unei anumite forme de activitate cu o arhitectonică operaţional-funcţională specifică. Astfel, pot fi diferenţiate *aptitudini tehnice, ştiinţifice, artistice, sportive, organizatorice, matematice, literare* etc. Aceste aptitudini prezintă o „istorie“ strâns, intim legată de „istoria“ implicării concrete a individului într-o formă de activitate şi a „preluării“ modelului structural-operaţional al acesteia.

În continuare, vor fi prezentate succint câteva **aptitudini speciale**.

• **Aptitudinea pedagogică.** Ea poate fi definită ca fiind *tipul de aptitudine ce se manifestă în activitatea cadrului didactic (educatorului) şi care se referă la ansamblul de calităţi necesare pentru exercitarea cu succes a acestei profesii.*



Profesorul de psihologie a dat o temă despre lene.
Un elev aduce caietul gol, iar pe ultima pagină scrie: *Aceasta este lenea.*
Ce credeţi că ar face un profesor cu aptitudini pedagogice? Dar unul fără aptitudini pedagogice?
Argumentaţi răspunsul.

Sub aspectul conţinutului şi funcţionalităţii, aptitudinea pedagogică implică mai multe tipuri de competenţă:

- competenţa psiho-morală, care este asigurată de ansamblul de componente ce conferă o bună funcţionalitate conduitei etico-morale a cadrului didactic;
- competenţa profesional-ştiinţifică, asigurată de ansamblul de componente necesare cunoaşterii unui anumit obiect de învăţământ;
- competenţa psiho-pedagogică, asigurată de ansamblul de componente necesare pentru „construcţia“ diferitelor subsisteme ale personalităţii elevului;
- competenţa psiho-socială, asigurată de ansamblul de componente necesare optimizării relaţionării interumane.

Între aceste componente există o strânsă interdependenţă (N. Mitrofan).

Prin ce se deosebeşte după opinia ta, un profesor „bun“ de un profesor „slab“?

• **Aptitudini sportive.** Ele pot fi împărţite în două subcategorii:

a) aptitudini sportive generale, caracteristice oricărei activităţi de educaţie fizică şi sport: simţul orientării şi echilibrului, rezistenţa la efort, dorinţă de întrecere, percepţia mişcărilor etc.;

b) aptitudini specifice practicării unei anumite ramuri de sport, cum ar fi de exemplu: simţul plasamentului la jucători, sesizarea intenţiilor adversarului la scrimă şi la lupte,

calm şi stăpânire de sine la tir, viteza de reacţie la box şi atletism, simţul ritmului, la gimnastică, orientare spaţială, la handbal şi baschet.

Aptitudinea psihosomatică constituie una dintre condiţiile esenţiale privind eficienţa în sport, însă ea nu este suficientă pentru obţinerea unor performanţe înalte fără sprijinul unor aptitudini intelectuale, cum ar fi: spirit de orientare dezvoltat, atenţie bună, capacitate de formare rapidă a unor deprinderi şi de a acumula cunoştinţe.

Pentru activitatea sportivă de înaltă performanţă, la toate acestea, se mai adaugă în calitate de cerinţe:

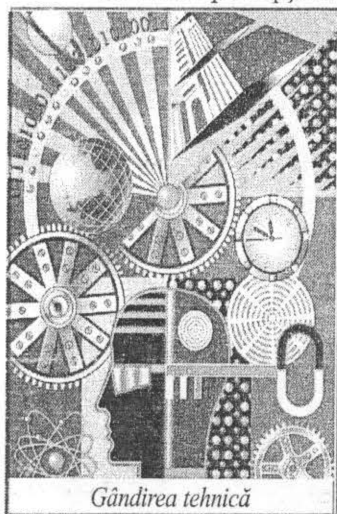
- atitudini pozitive faţă de activitatea sportivă;
- motivaţie puternică pentru domeniu.

• **Aptitudini tehnice.** Procedând la o analiză structurală a aptitudinilor tehnice, A. Roşca şi B. Zörgö disting trei componente fundamentale care sub aspect evolutiv se suprapun cu etajele, iar sub aspect funcţional se întrepătrund:

1. etajul funcţional inferior ce cuprinde anumite configuraţii ale funcţiilor senzorio-motorii;

2. etajul al doilea, bazat pe primul, cuprinde structura percepţiilor şi reprezentărilor spaţio-temporale (reprezentarea de figuri, mişcări, ansambluri de mişcări maşinale coordonate);

3. etajul superior care se bazează pe primele două, dar mai ales pe cel de-al doilea, reprezintă nivelul gândirii tehnice formale (acţiuni mintale formalizate) realizate cu ajutorul simbolurilor verbale, cifrice, literale, figurale.


Gândirea tehnică

• **Aptitudini şcolare.** Ph.E.Vernon consideră în urma analizei structurale a aptitudinilor şcolare că nucleul lor central este format de inteligenţa generală („**g**"), de factorul verbal-educaţional („**v:ed**") şi de motivaţie, atitudine, interes. Dacă de exemplu, la un elev inteligenţa generală („**g**"), aptitudinea verbală sau factorul verbal-educaţional („**v:ed**"), interesul, atitudinea faţă de activitatea şcolară, perseverenţa şi alţi factori de personalitate („**x**") se prezintă la un nivel înalt de dezvoltare, şansele ca el să obţină rezultate bune sunt foarte mari. În cazul în care însă, mai ales, în ceea ce priveşte inteligenţa generală şi aptitudinea verbală, ar exista anumite deficienţe, elevul s-ar confrunta aproape sigur cu eşecul şcolar.

Din cadrul aptitudinii şcolare mai fac parte şi alţi factori, cum ar fi: factorul spaţial-mecanic („**k:m**"), factorul verbal („**v**") şi cel numeric („**n**"), aptitudinile tehnice, aptitudinile psihomotorii etc., care pot condiţiona obţinerea succesului în activitatea şcolară, însă ele au o pondere mult mai mică decât a celorlalţi factori.

Aptitudinile generale sunt cele care participă şi ajută la desfăşurarea cu suces a mai multor forme de activitate (de exemplu: inteligenţa, spiritul de observaţie etc.). Privite din perspectivă genetică, aceste aptitudini se perfecţionează şi ele pe baza funcţionării şi dezvoltării aptitudinilor speciale.

Aptitudinile, ca formaţiuni psihice dinamice, se află într-o continuă dezvoltare (desigur, predominant în sens progresiv, dar, uneori, şi în sens regresiv), în continuu proces de interacţiune, sistematizare, integrându-se într-un sistem instrumental-aptitudinal în interiorul căruia există în permanenţă relaţii de transpoziţie, compensare, complementaritate. Totodată, se poate sublinia faptul că dezvoltarea aptitudinilor se poate realiza atât spontan, cât şi dirijat, cea mai mare contribuţie având-o, bineînţeles, acţiunile şi influenţele organizate, sistematizate, dirijate. Din acest punct de vedere, şcolii îi revin sarcini deosebite. De altfel, nivelul de dezvoltare şi funcţionalitate a aptitudinilor elevilor constituie unul dintre cei mai importanţi indicatori ai caracterului formativ al procesului de învăţământ.



Imaginaţi-vă că aţi fost invitaţi să participaţi la o întâlnire cu conducerea şcolii din care faceţi parte, la care se vorbeşte despre fumatul în şcoală.

Acolo, aţi fost rugaţi ca, timp de 10 minute, să vă spuneţi părerea privind această problemă.

Ce aţi spune?

3.4. Aptitudinea şi succesul profesional

Deşi nu în exclusivitate, aptitudinile favorizează obţinerea succesului profesional. Ele se constituie în cerinţe obligatorii pentru exercitarea unor profesii. De aceea, specialiştii efectuează studiul psihologic al unei activităţi de muncă, al unui post de muncă, în baza căruia se alcătuieşte **psihograma**. Este vorba despre un document care cuprinde aptitudinile pe care trebuie să le deţină cel ce vrea să îmbrăţişeze o anumită profesie. De exemplu, pentru a fi un bun şofer sunt necesare aptitudini, precum:

- capacitatea de concentrare şi de distribuţie a atenţiei;
- capacitatea de discriminare a culorilor;
- capacitatea de coordonare a mişcărilor;
- rapiditatea şi precizia în reacţii;
- o bună reprezentare spaţială;
- percepţie corectă a obiectelor şi persoanelor în mişcare şi a vitezei de deplasare a acestora.

În cazul în care nu sunt prezente asemenea capacităţi, vorbim de existenţa unor **inaptitudini** şi ele vor constitui piedici serioase pentru practicarea profesiei. Ele se constituie în contraindicaţii şi pot fi de două feluri:

a) **absolute** – prezenţa lor împiedică fundamental buna desfăşuare a activităţii;

b) **relative** – prezenţa lor nu împiedică în mod fundamental nici cantitatea şi nici calitatea prestaţiilor.

De exemplu, cineva nu poate fi profesor dacă este bâlbâit şi nu se înţelege mai nimic din ceea ce spune (contraindicaţie absolută); pentru altcineva, prezenţa unei deficienţe locomotorii nu îl împiedică să fie un bun profesor (contraindicaţie relativă).



Încearcaţi să găsiţi alte două exemple.

Psihograma este doar o parte a unui document mult mai extins, ce prezintă o anumită profesiune, numit **profesiogramă**. Ea este utilizată în activităţi precum:

- orientarea şi consilierea şcolară;
- orientarea şi consilierea vocaţională;
- selecţia profesională;
- formarea profesională.

APLICAŢII

1. Care sunt şansele dezvoltării aptitudinilor în cele patru cazuri evidenţiate:

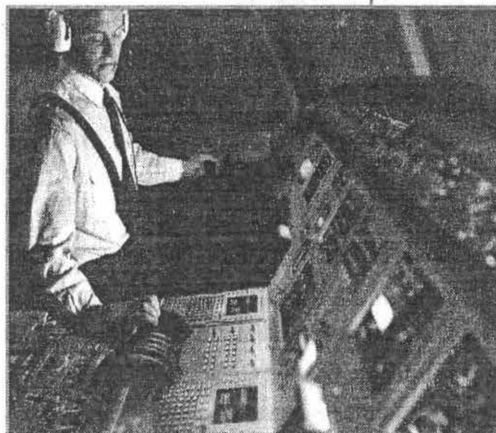
a) E (–); M (–); c) E (–); M (+);
b) E (+); M (+); d) E (+); M (–);

E = ereditate; M = mediu.

2. Identificaţi care dintre colegii voştri se carectrizează prin:

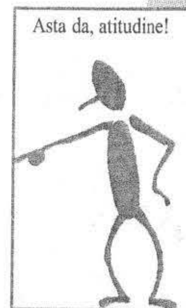
a) factorul „g" dezvoltat;
b) factorul „v:ed" dezvoltat;
c) factorul „k:m" dezvoltat.

3. Priviţi figura alăturată şi încercaţi să stabiliţi ce aptitudini trebuie să posede cel ce vrea să devină aviator.



4. Ce tipuri de aptitudini credeţi că aveţi? Ţinând cont de ele, către ce tipuri de profesii v-aţi putea orienta? Voi, de fapt, ce profesie aţi vrea să îmbrăţişaţi? Care credeţi că sunt aptitudinile cerute de aceasta?

4. Caracterul



Termenul de caracter își are originea în vechea greacă și înseamnă tipar, pecete. Caracterul se referă la acele trăsături care descriu modul de a fi, de a se comporta, atitudinile, convingerile, profilul moral al unei persoane.

4.1. Caracterul ca profil psihomoral al personalității

Să luăm drept exemplu doi elevi, colegi de clasă. Ei par să semene foarte mult din punct de vedere al trăsăturilor de temperament, sunt amândoi calmi, meticuloși, serioși, răbdători, pașnici, deci par să fie flegmatici. Și din punct de vedere al aptitudinilor seamănă: sunt cei mai buni din clasă la matematică și fizică, fac parte din lotul olimpic. Dar ceva îi deosebește: în timp ce unul dintre ei este generos, dispus să își ajute colegii când au nevoie, chiar oferă bani cu împrumut sau face cinste cu un suc, celălalt este tocmai la polul opus: este individualist, egoist, nu-i place să ofere ajutorul, este chiar zgârcit și îi tratează cu ironie pe colegii care se descurcă mai greu la învățătură.

Așadar, dacă temperamentul este neutral, nu implică orientări valorice, în schimb caracterul este încărcat valoric, descrie profilul psihomoral al omului.



Dar oare cei doi colegi de clasă s-au născut cu aceste trăsături de caracter?

Dacă temperamentul este înnăscut, caracterul se dobândește prin modelare socio-culturală.

Putem spune atunci că primul coleg „are caracter", iar al doilea „nu are caracter"? În termenii limbajului cotidian, putem spune așa ceva, dar în termenii psihologiei, nu.

Caracterul este alcătuit din trăsături care se desfășoară pe un continuum, de la pozitiv la negativ; toți oamenii au caracter, dar orientat valoric într-o manieră diferită.



Mai departe, putem spune că primul coleg are un „caracter puternic", iar al doilea, un „caracter slab"?

Puterea caracterului este dată de forța convingerilor, de tăria cu care le apărăm și susținem, de constanța și persistența lor în timp și în împrejurări variate, și nu de încărcătura lui valorică.

În cazul nostru, cei doi colegi au un caracter puternic, bine reliefat.

Dar oare aceste trăsături caracteriale rămân neschimbate? Nu, în timp pot suferi modificări, uneori substanțiale în funcție de anumiți factori de mediu: familie, prieteni, societate, dar și întâmplări personale, care ne marchează profund.

Caracterul nu este imuabil, neschimbător, el se poate modifica în timp, sub influența unor factori de mediu, socio-culturali.



Credeți că manifestările caracteriale ale celor doi colegi s-ar putea inversa? În ce condiții, ce factori, ce întâmplări vă puteți imagina astfel încât să se ajungă la un asemenea efect major?

4.2. Formarea caracterului

Dacă trăsăturile caracteriale se dobândesc, oare cum se formează? **Geneza caracterului** debutează în copilărie imediat după naștere în procesul învățării sociale pe căi foarte variate. În primul rând familia, părinții vor încuraja comportamentele dezirabile și le vor sancționa



pe cele indezirabile. Copilul învaţă repede că un anumit comportament îi aduce recompensa, lauda, aprecierea celor din jur, iar alt comportament provoacă reproşul, pierderea unor beneficii sau chiar sancţiuni mai aspre. Acesta este **mecanismul condiţionării** care are efect în fixarea unor comportamente mai simple, în primii ani de copilărie.

Mecanismul autorităţii constituie o sursă importantă a formării caracterului. Autoritatea adultului se impune de la sine, el este purtătorul „adevărului suprem", ceea ce decide el este literă de lege, iar nerespectarea se lasă cu sancţiuni. Exercitarea autorităţii merge mână-n mână cu mecanismul condiţionării. Pe măsură ce copilul creşte, autoritatea trebuie exercitată cu prudenţă, pentru că va creşte nevoia de autonomie a copilului, dar mai ales a adolescentului. Autoritatea trebuie să treacă spre coparticipare, antrenare a adolescentului la viaţa familiei sau a şcolii, la luarea deciziilor prin consultare şi nu la impunerea lor forţată.



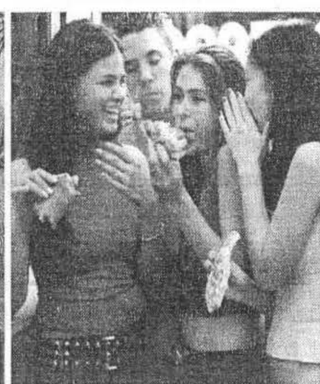
Amintiţi-vă atmosfera din familia voastră în anii micii copilării, cum se purtau părinţii şi alţi membri ai familiei. Încercaţi să identificaţi unele manifestări caracteriale proprii cu originea în acei ani.

Se adaugă apoi **mecanismul imitaţiei şi al modelului**. Copilul va imita şi va adopta modele de conduită din mediul lui familial, al părinţilor, bunicilor, fraţilor sau surorilor. Se produce un proces de „imprimare", de întipărire, de asimilare a acestor modele ce îşi pot prelungi efectul pe toată viaţa.

Modelul este o sursă puternică de formare a caracterului. De ce oare? Tindem să ne identificăm cu un model, vrem să semănăm, să împrumutăm din calităţile lui, fie că sunt pozitive, fie că sunt negative. Model poate fi oricare persoană din anturajul nostru, din familie, din şcoală, din viaţa socială, ştiinţifică, artistică, a modei, de pe stradă, dintre anumiţi colegi dintr-un grup sau „gaşcă" (vezi figura de mai jos). Sunt perioade – mai ales în copilărie şi adolescenţă – în care suntem foarte permeabili la un model; mai târziu, odată cu maturizarea intelectuală, morală şi socială, suntem mult mai selectivi şi mai critici în alegerea modelului.



a) Adolescentă în mediul familial



b) Aceeaşi adolescentă pe stradă, „în gaşcă"



Experiment: mergeţi la o clasă mai mică şi alegeţi cinci băieţi şi cinci fete. Veţi lucra cu fiecare individual. Preparaţi din timp o listă pe care scrieţi următoarele cuvinte: mama, tata, bunicul, bunica, fratele, sora, prietenul (prietena) cel mai bun profesor (profesoară), om de ştiinţă, om politic, solist(ă) de muzică uşoară, top model, sportiv. *Atenţie, nu scrieţi nici un nume!* Scrieţi aceste cuvinte pe foaie, de sus în jos, şi apoi rugaţi colegul (colega) să se gândească cu mare atenţie în ce măsură fiecare dintre aceste persoane au influenţat caracterul lor, felul lor de a fi. Astfel, va pune în dreptul fiecărei persoane o cifră de la 1 la 10 cu semnul + pentru influenţe pozitive şi o cifră cu semnul – pentru influenţe negative.

Este important să daţi acest test în mod anonim, astfel încât colegul (colega) să aibă certitudinea confidenţialităţii. Îi puteţi da formularul şi apoi să îi cereţi să vi-l dea mai târziu. În orice caz, nu va avea de pus decât nişte cifre cu semnul + sau –. Treceţi media aritmetică a punctajelor pozitive pentru fiecare cuvânt şi apoi a punctajelor negative. Împreună cu alţi colegi, adunaţi rezultatele şi le veţi pune în discuţie cu doamna sau domnul profesor de psihologie. Veţi putea constata puterea extraordinară a modelului în formarea caracterului.

În concluzie, geneza caracterului este legată – în primul rând – de lumea în care intră copilul după naştere: este o lume plină de reguli, de norme gata date, proprii familiei şi societăţii din care face parte. Vrând-nevrând, va trebui să le asimileze şi să le respecte, învăţând ceea ce este bine sau rău, de dorit sau nepotrivit pe bază de recompensă şi pedeapsă şi pe baza exercitării autorităţii (familiale, şcolare). Apoi modelele vor contribui şi ele la formarea caracterului, pentru ca – la maturitate – omul să fie capabil de autodeterminare, de alegeri în cunoştinţă de cauză.

4.3. Caracterul ca mecanism integrator al personalităţii

În structura caracterului, vom regăsi o varietate de componente, el putând fi considerat mecanismul integrator-sintetic cel mai important al personalităţii. Ce sunt onestitatea, bunul-simţ, disciplina, respectarea cuvântului dat, punctualitatea, ambiţia, perseverenţa, colegialitatea, loialitatea, toleranţa, bunătatea sau răutatea, lenea, indisciplina, neseriozitatea, delăsarea, linguşeala, supuşenia, modestia, minciuna, capriciul, încăpăţânarea? Sunt **trăsături caracteriale**, sunt **atitudini-valori**.

Caracterul este mecanismul integrator-sintetic, orientativ şi reglator ce reuneşte ansamblul de atitudini-valori definitorii pentru profilul psihomoral al personalităţii.

Nu orice manifestare comportamentală este o trăsătură caracterială. Trăsăturile caracteriale şi de personalitate trebuie să dispună de anumite atribute. În primul rând, trebuie să dispună de:

- **atributul generalităţii** care se manifestă în cele mai multe dintre situaţiile cu care este confruntat un individ;
- **atributul constanţei, al stabilităţii** care se manifestă într-o manieră constantă, stabilă şi nu conjuncturală;
- **atributul plasticităţii** care permite adaptarea omului la variate situaţii, să nu fie rigide, fixiste şi, în consecinţă, să fie **definitorii** pentru om, ceea ce sugerează că trăsăturile de caracter sunt adevăraţi invarianţi de personalitate (P. Popescu Neveanu), care permit predicţia comportamentelor.

Trăsăturile de caracter exprimă ceea ce este constant, relativ invariabil, stabil şi definitoriu pentru personalitatea umană.

Conceptul de atitudine

Atitudinea este un raport, o poziţie faţă de ceva anume. Trăsăturile caracteriale se exprimă ca atitudini valori. Atitudinea este un construct sintetic în structura căreia identificăm următoarele componente:

- **componenta cognitivă** care oferă atitudinii raţionalitate, adoptare în cunoştinţă de cauză, anticiparea efectelor. Când greşim ceva ni se reproşează că nu ne-am gândit la urmări. Precumpănirea acestei componente conduce la trăsături caracterizate prin răceală, raţionalitate, reflexivitate, prudenţă (uneori excesivă), luciditate;
- **componenta motivaţională** ne arată că întotdeauna atitudinea are o anumită finalitate, izvorăşte dintr-o trebuinţă, motiv, ideal, aspiraţie şi este orientată spre atingerea unui scop. Precumpănirea acestei componente poate modula caracterul în funcţie de dominarea unor trebuinţe din piramida lui Maslow. Astfel, vom putea vorbi despre persoane orientate preponderent spre împlinirea fiziologică, materială, socială sau spirituală, despre persoane egoiste sau altruiste;
- **componenta afectivă** conferă susţinerea energetică atitudinii, ne identificăm cu atitudinile noastre, le apărăm şi le promovăm în raporturile cu ceilalţi. Precumpănirea acestei componente poate conferi caracterului o notă sentimentală, afectuoasă, tandră, empatică;
- **componenta voluntară** este considerată, din perspectiva psihologiei germane, dar şi a unor psihologi români, cum ar fi Paul Popescu-Neveanu, drept cea mai impor-

tantă în configurația caracterului. Într-adevăr până aici, prin celelalte trei componente, avem de a face în cel mai bun caz cu o **intenție**, dar numai prin componenta volitivă, atitudinea și trăsăturile caracteriale vor fi puse în acțiune. Dacă primele trei componente asigură **latura orientativă** a caracterului, direcționându-l, componenta voluntară asigură **latura reglatorie** a caracterului. În psihologia clasică germană, caracterul era definit ca **voință moraliceşte organizată**. Precumpănirea acestei componente conferă caracterului ambiție, perseverență, fermitate, tărie, tenacitate. Recunoaștem aici **calități ale voinței**, care prin cristalizare, sedimentare, prin educare și antrenare ajung **trăsături volitive de caracter**.



Analizând felul vostru de a fi și de a vă comporta în mod obișnuit în viața de zi cu zi, încercați să puneți în evidență componenta determinantă a caracterului vostru: rațională, afectivă, voluntară. Solicitați și opinia altor persoane (părinți, surori, colegi, prieteni) și comparați cu propria evaluare.

Atitudinea este întotdeauna raportată la ceva anume, are un obiect. Atitudinea prezintă o **manifestare polară** ce rezultă din componentele ei motivațională și afectivă. Nu putem vorbi despre „atitudine neutră", de fapt este o atitudine de ignorare care maschează în realitate refuzul sau necunoștința de cauză. Polaritatea nu este însă absolută. Oamenii nu sunt în totalitate numai buni sau răi, harnici sau leneși, cinstiți sau necinstiți. Trăsăturile de personalitate se înscriu pe un continuum care prezintă două extremități polare ca într-o scală cu mai multe trepte de intensitate. Astfel, un om poate fi mai puțin harnic, dar foarte cinstit, corect, disciplinat; mai puțin ambițios, dar foarte independent în acțiunile sale ș.a.m.d.

Conceptul de valoare

Psihologul american R. Linton introduce termenul de **atitudine-valoare** prin care desemnează o structură complexă de natură socio-culturală în cadrul căreia primul element este **formă**, iar cel de-al doilea, **conținut**. Caracterul, ca sistem de atitudini-valori, prin atitudine, îndeplinește funcția formală de orientare, direcționare și reglare a conduitei, iar prin valoare spune și de ce face acest lucru.

Valoarea conferă conținut atitudinii.

Valoarea nu este un dat în sine, ea **este rezultatul unei relații dintre subiect și obiect**, al unei relații concrete în cadrul căreia raporturile se pot schimba în funcție de experiența subiectului, exigențele sociale, tradiții, obiceiuri sau modă și este, întotdeauna, trăită pozitiv sau negativ.

În timp, oamenii își fixează un **sistem de valori** sub influența factorilor sociali, de mediu, familiali și instituționali.



Acest sistem de valori ghidează acțiunile noastre, le conferă consistență și coerență. Sunt:

• ***sisteme de valori proprii familiei*** *din care facem parte (de exemplu, o familie care promovează cinstea, corectitudinea, loialitatea);*

• ***sisteme de valori proprii unei școli*** *(valorile promovate de direcția școlii, de corpul profesoral);*

• ***sisteme de valori proprii unei instituții*** *(de exemplu, ale armatei: ordinea, disciplina, combativitatea sau ale unei firme: punctualitatea, disciplina, loialitatea, spiritul novator);*

• ***sisteme de valori proprii unei societăți*** *democratice (pluripartitismul, libertatea presei, asigurarea drepturilor omului, instituții aflate în serviciul cetățeanului) sau ale unei societăți totalitariste (partidul unic, presă obedientă puterii, încălcarea drepturilor și libertăților omului, instituții care oprimă cetățeanul);*

• ***sisteme de valori general-umane*** *care promovează pacea, libertatea, libera comunicare și deplasare a oamenilor, toleranța, bunătatea, iubirea aproapelui, spiritul de sacrificiu pentru apărarea copiilor, a familiei sau a unor valori înalte.*

Toate aceste sisteme de valori își pun amprenta asupra individului și caracterul se află în mișcare, adaptare în raport cu asumarea unui anumit sistem de valori.

Rezultatul este constituirea unui **sistem de valori propriu** care reflectă într-o manieră selectivă toate aceste sisteme de valori și dă conținut atitudinilor caracteriale.



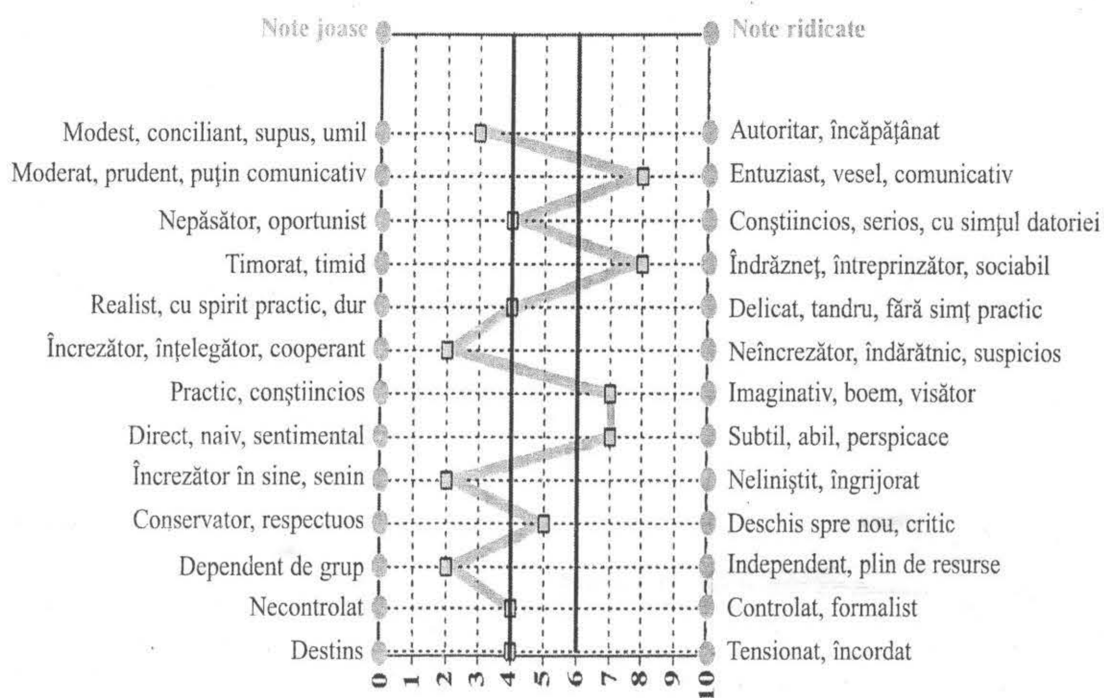
Încercați să analizați specificul și conținutul sistemului de valori propriu familiei voastre, propriu liceului în care studiați, dar și cel propriu grupului din care faceți parte.

În ce măsură credeți că vă influențează propriul sistem de valori? Constatați valori comune? Care sunt acestea?

Ceea ce apărăm, susținem și promovăm prin trăsăturile noastre de caracter sunt tocmai sistemele de valori interiorizate, structurate și stabilizate.

4.4. Caracterul ca mecanism relațional

Caracterul pune omul în relație cu lumea prin intermediul sistemului de atitudini-valori. În timp, atitudinile se organizează, se structurează, se ierarhizează astfel încât caracterul capătă o **dimensiune sistemică** și o specificitate individuală, așa cum reiese din exemplul de mai jos. Marele personolog american G. Allport a propus un model al trăsăturilor de personalitate organizate sistemic.



Exemplu de profil de personalitate.

Astfel, la baza caracterului se află mii de dispoziții, trăsături circumstanțiale, conjucturale, modalități de a denumi multiple manifestări ale personalității. Acestea sunt **trăsăturile secundare**. În cursul maturizării intelectuale, afective, sociale, în condițiile confruntării cu variate situații de viață, se structurează un set de **trăsături principale** în număr de 10-15. Aceste trăsături sunt deja caracteristice, pot fi recunoscute cu ușurință la un individ. Confruntarea în continuare cu situații de viață mai complicate conduce la filtrarea, selectarea unui număr foarte restrâns de trăsături, în număr de 2-3 care sunt definitorii pentru o persoană: **trăsături cardinale**. Acest model este sugestiv atât pentru modul cum se dezvoltă și maturizează trăsăturile caracteriale, cât și pentru modul cum sunt ele dispuse în structura personalității. În psihologia modernă, există tendințe de a reduce numărul factorilor care descriu personalitatea (la cinci factori în modelul Big Five sau la trei, în modelul Even 3 Big). Această tendință o regăsim și la oamenii obișnuiți. Când ni se cere să caracterizăm pe cineva, nu vom emite un „listing" de însușiri, ci vom utiliza una, două, maximum trei însușiri.



Încercați să verificați afirmația de mai sus, caracterizându-vă pe voi și pe alți colegi; de asemenea, rugați alți colegi să vă caracterizeze și observați gradul de suprapunere între ceea ce credeți voi despre propria persoană și ceea ce cred cei apropiați despre voi.

Chiar dacă vom caracteriza oamenii printr-un număr restrâns de însușiri, aceasta nu înseamnă că vor fi unii identici cu alții. Spre exemplu: un om a cărui trăsătură, cardinală este disciplina nu este identic cu toți oamenii care au această trăsătură pentru că ea intră în combinații particulare cu alte trăsături (hărnicia, modestia, corectitudinea etc.). În plus, modul cum se impune o trăsătură, cum devine ea în istoria unui individ este propriu acestuia.



Analizați felul în care s-a constituit pe parcursul copilăriei voastre trăsătura de caracter disciplina și comparați prin discuții modul cum s-a structurat această trăsătură la alți colegi.

Ce factori particulari au contribuit la dezvoltarea acestei trăsături și în ce măsură o identificați ca pe o trăsătură principală sau cardinală de personalitate?

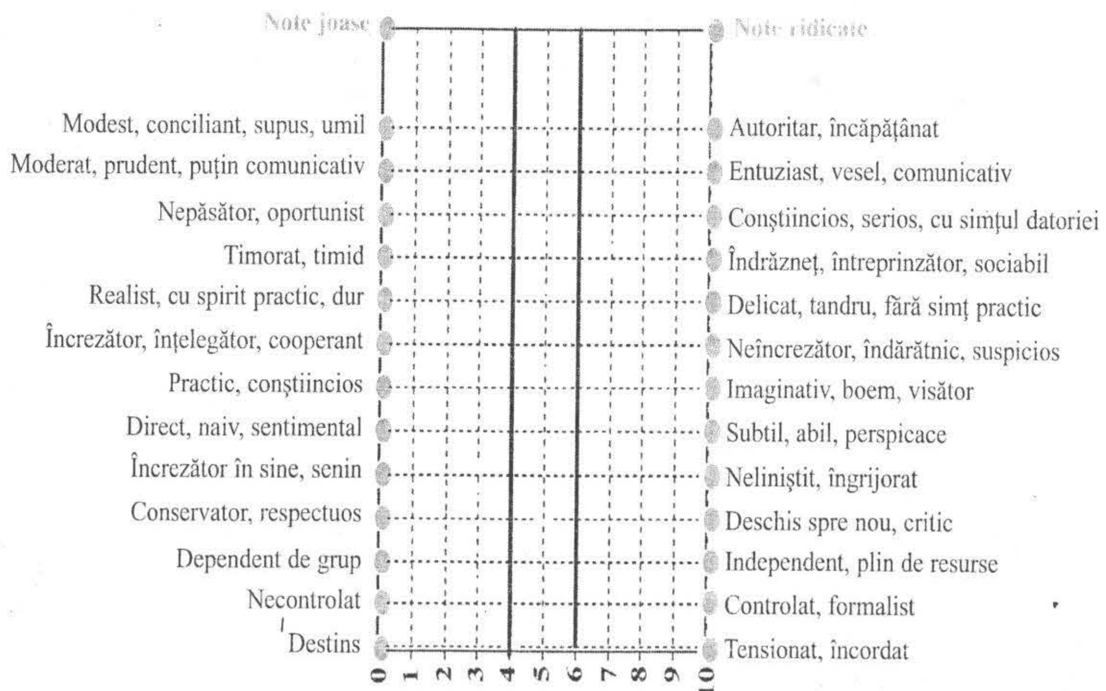
Relațiile dintre atitudini se structurează și în raport cu **obiectul atitudinii:** față de ce anume se exprimă, se raportează. Fiecare om este caracterizat de anumite atitudini față de societate, față de muncă, față de propria persoană. Vorbim aici de principalele categorii pentru că altfel am putea vorbi despre zeci de atitudini:

- **atitudini față de societate** exprimă poziția față de societatea în care trăim, față de instituțiile ei și, mai ales, **față de ceilalți semeni**. Putem vorbi despre cinste, corectitudine, sinceritate, altruism, deschiderea spre alții, toleranța, bunătatea, spiritul de întrajutorare și de sacrificiu, dar și despre opusul (aspectul negativ) acestor trăsături;
- **atitudini față de propria persoană** exprimă raportarea la propriul eu fizic, social și spiritual și se pot traduce prin admirație față de propriul eu, încredere în sine, optimism, stăpânire de sine, modestie, demnitate, spirit autocritic, dar și opusul acestor trăsături;
- **atitudini față de muncă** exprimă raportarea la propria activitate, la cerințele acesteia, la rezultatele așteptate și realizate și se traduc prin hărnicie, conștiinciozitate, exigență, autoexigență, disciplină, punctualitate, responsabilitate, asumarea erorilor, inițiativă, creativitate, dar și opusul acestora.

APLICAŢII

1. Faceţi o listă cu cât mai multe (minimum 10) trăsături caracteriale, le scrieţi pe o coală de hârtie de sus în jos. Apoi, gândiţi-vă bine la felul vostru de a fi şi puneţi un x dacă îndeplineşte atributul generalităţii, doi de x dacă întruneşte atributul stabilităţii şi trei de x dacă întruneşte atributul plasticităţii. Veţi afla, astfel, care sunt trăsăturile definitorii ale personalităţii dacă veţi aduna semnele X ale fiecărei trăsături.

2. În graficul următor, alocaţi puncte între 0 şi 10 fiecărei trăsături de personalitate şi apoi uniţi-le printr-o linie. Astfel, veţi descrie profilul propriu al personalităţii. Rugaţi şi alţi colegi să vă caracterizeze în acelaşi mod. Punctele comune sunt cele care vă caracterizează mai bine.



3. Faceţi o listă de cuvinte care descriu obiecte, persoane, situaţii, evenimente din viaţa voastră şi însemnaţi în dreptul fiecăreia semnul încărcăturii valorice (+ sau –) pe care o are pentru voi. Pentru o mai bună acurateţe, puteţi solicita unui coleg să realizeze o listă şi apoi să lucraţi pe ea. Puteţi face şi voi o listă pentru alţi colegi şi să îi rugaţi să fixeze valenţele. Apoi, ierarhizaţi-le în funcţie de importanţa lor în viaţa voastră şi încercaţi să surprindeţi care dintre ele exprimă trăsături caracteriale.

4. Încercaţi să descrieţi şi să analizaţi şi alte tipuri de atitudini decât cele descrise în lecţie. Precizaţi obiectul atitudinii şi trăsături specifice de manifestare.



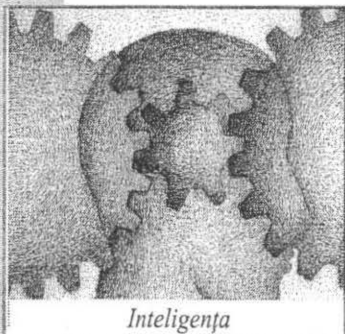
5. Inteligenţa

Ce avem în vedere, de fapt, atunci când spunem despre cineva că este inteligent? Pot fi mai multe aspecte: volumul de informaţii, rapiditatea cu care răspunde la unele întrebări sau cu care rezolvă anumite sarcini şi probleme, soluţiile pe care le propune în anumite situaţii, modul în care îşi adaptează conduita în funcţie de cerinţele unor împrejurări.

5.1. Definire şi caracterizare

Inteligenţa este o calitate specifică a organizării mentale a omului, concretizată în capacităţile (M. Golu):

- de disociere-corelare-sistematizare-generalizare a proprietăţilor semnificative ale obiectelor (fenomenelor) din lumea externă şi a relaţiilor dintre acestea;
- de a face faţă diverselor situaţii problematice noi, imprevizibile;
- de a adopta decizii optime în situaţiile alternative, prin aplicarea unor criterii şi teste de eficienţă, adevăr etc.;
- de a restructura şi adecva „din mers" desfăşurarea comportamentului (respectiv, activităţii) la logica desfăşurării evenimentelor în plan obiectiv, extern;
- de a organiza şi transforma în plan subiectiv-intern situaţiile externe şi de a elabora modele ideale pentru intervenţia practică în realitate;
- de a crea şi alege mijloacele adecvate scopului stabilit;
- de a anticipa rezultatele unor transformări (în plan intern-ideal sau în plan extern-practic);
- de a opera cu sisteme de semne, simboluri şi semnale în comunicarea cu cei din jur şi în reglarea propriei conduite;
- de a realiza succesiuni logice (şi logice) în câmpul unor evenimente haotice sau aleatoare şi de a sesiza inadvertenţe, lacune sau absurdităţi în teste verbale sau nonverbale, în situaţii problematice date spre rezolvare;
- de a se raporta distinct şi specific la diferite laturi ale realităţii sau la una şi aceeaşi latură în contexte diferite.


Inteligenţa

Deşi au fost formulate în jur de 400 de definiţii, după cum ne spune psihologul american J. Guilford, trebuie să facem efortul de a găsi ceea ce este esenţial pentru comportamentul inteligent.

Inteligenţa este dimensiunea personalităţii ce favorizează adaptarea conduitei intelectuale, practice sau sociale la situaţii noi.

O asemenea definiţie pune accentul, mai ales, pe finalitatea inteligenţei, şi anume adaptarea la situaţii noi.

5.2. Teorii privitoare la inteligenţă

Din multitudinea teoriilor formulate cu privire la inteligenţă, ne vom referi doar la câteva.

Teoria bifactorială a inteligenţei a fost formulată de C. Spearman. Ea diferenţiază factorul **g** (inteligenţă generală) şi factorii **s** (specifici) ai inteligenţei, cum ar fi: factorul verbal, factorul numeric, factorul spaţial. Cu ajutorul factorului **g** oamenii obţin performanţe în toate domeniile de activitate, iar cu ajutorul factorilor specifici, ei obţin performanţe numai în anumite domenii.

Teoria multifactorială a inteligenţei, propusă de L. Thurstone, în cadrul căreia înlocuieşte factorul **g** cu mai mulţi factori comuni, numiţi de el **abilităţi mentale primare:**

- **comprehensiune verbală** – capacitatea de a înţelege sensul cuvintelor;
- **fluenţă verbală** – capacitatea de a se exprima rapid, de a combina cuvintele pentru a exprima idei;

- **factorul numeric** – capacitatea de a opera cu numere, de a face socoteli;
- **factorul spațial** – capacitatea de a sesiza relațiile dintre formele spațiale;
- **factorul memorie** – rapiditatea memoriei, trăinicia păstrării și corectitudinea reproducerii;
- **factorul percepție** – capacitatea de a sesiza detaliile, de a observa asemănările și deosebirile;
- **factorul raționament** – capacitatea de a găsi regula generală, de a formula o idee comună etc.

Teoria genetică este legată de numele lui J. Piaget (vezi figura de mai jos) care insistă mai ales asupra genezei inteligenței. În cadrul teoriei sale, folosește noțiuni preluate din biologie, dar care capătă o altă semnificație.


J. Piaget, 1896-1980

Astfel, inteligența este o *adaptare* a organismului la mediu. Adaptarea la rândul ei este o echilibrare între *asimilare* (integrarea noilor informații în sistemul celor vechi) și *acomodare* (restructurarea schemelor de asimilare impusă de noile informații).

Conduita inteligentă se elaborează treptat, parcurgând patru stadii:

1. stadiul senzorio-motor (0-2 ani); specifice acestui stadiu sunt *reacțiile circulare*, prin intermediul cărora se diferențiază asimilarea de acomodare și intervine focalizarea obiectelor, odată cu stocarea unor reprezentări și dobândirea unor semne ce pot simboliza obiectele. Gândirea copiilor este de tip „încercare și eroare“, ei cunoscând obiectele numai în funcție de acțiunile directe asupra acestora. Ei sunt incapabili să construiască mental un simbol care să reprezinte obiectul care nu mai este în câmpul vizual;

2. stadiul preoperațional (2-7 ani); în mod progresiv, copilul devine capabil de formarea simbolurilor. El își formează abilitatea de a utiliza diferite sisteme de simboluri ce reperezintă obiectele și evenimentele pe care le trăiește. Apar noțiunile empirice, sunt inițiate operațiile de seriere (ordonarea în sens crescător sau descrescător a elementelor unei colecții) și de clasificare, operație mult mai complexă, în care elementele unei mulțimi eterogene de obiecte sunt grupate ca fiind asemănătoare după diverse criterii (culoare, formă, mărime, funcții, utilități etc.). Deși realizează mari achiziții în planul limbajului, copilul preșcolar rămâne, totuși, în bună măsură tributar ireversibilității perceptive – de exemplu, nu sesizează faptul că turnarea uneia și aceleiași cantități de apă în pahare de forme diferite (înalt, îngust) nu schimbă cantitatea;



> Copiii preșcolari sunt expuși în mult mai mare măsură decât alte categorii de vârstă la accidente, dacă traversează strada în locuri nemarcate.
>
> Care ar fi explicația după părerea voastră?

3. stadiul operațiilor concrete (7-12 ani); constructele logice îmbracă forma unor judecăți și raționamente ce-i permit copilului ca dincolo de datele experienței senzoriale să întrevadă anumite permanențe, anumiți invarianți (de exemplu, cantitatea de materie, greutatea, volumul, timpul, viteza, spațiul). În ceea ce privește mai exact vârsta, cercetările experimentale au demonstrat că la 7-8 ani copiii admit *conservarea materiei*, la 9 ani recunosc *conservarea greutății* și la 11-12 ani recunosc *conservarea volumului*. Clasificarea este operația principală prin care micul școlar face conceptualizări intensive, rămânând însă într-un context concret fără a atinge nivelele superioare de abstractizare. Deci la acest nivel, inteligența este inductiv-logică și concretă;

4. stadiul operațiilor formale (12-17 ani) presupune capacitatea de a coordona propozițiile în unități mai mari. Se intră în posesia raționamentului ipotetico-deductiv. Prin aceasta se face trecerea de la operarea asupra realului la *operarea asupra*

posibilului. Inteligența devine reflexivă, se orientează pe ea însăși, bazându-se pe norme logice și matematice.

Teoria triarhică a fost formulată de R. Sternberg (1985) și cuprinde trei subteorii:

• **subteoria contextuală**, ce se referă la faptul că inteligența și comportamentul inteligent sunt determinate de contextul socio-cultural. Sarcinile cu care se confruntă o persoană într-o anumită cultură nu sunt comparabile cu cele cu care se confruntă o altă persoană într-o altă cultură. În consecință, testele care sunt construite într-o cultură nu pot fi folosite fără a fi adaptate într-o altă cultură. De exemplu, la întrebarea „Îți place fotbalul?", răspunsul pozitiv la un subiect român înseamnă preferința pentru jocuri nonagresive, în timp ce același răspuns dat de un subiect american înseamnă preferința pentru jocuri agresive;

• **subteoria componențială**, care vizează mecanismele ce sunt implicate în conduita inteligentă, adică procesele executive, strategiile și modalitățile de procesare și de utilizare a informației pentru rezolvarea situațiilor problematice. Aceste mecanisme deși sunt universale, se prezintă în combinații și cu ponderi diferite de la un mediu cultural la altul;

• **subteoria celor două fațete** – individul se confruntă cu două categorii de sarcini sau de solicitări, unele *familiare* (cunoscute) și altele *inedite* (necunoscute). Pentru cele familiare există anumite automatisme, considerate a fi un fel de „sisteme locale" sau răspunsuri la condițiile repetitive într-un mediu familiar. În fața unor sarcini inedite însă, nu are elaborate modalități de răspuns, de aceea, comportamentul inteligent se manifestă, mai ales, în raport cu acest gen de solicitări.

Teoria inteligențelor multiple, introdusă de H. Gardner (1983), susține că există șapte forme ale inteligenței:

- lingvistică,
- muzicală,
- logico-matematică,
- spațială,
- kinestezică,
- intrapersonală,
- interpersonală.

Pornind de la ele, se poate stabili profilul intelectual al unei persoane pentru a-i arăta posibilitățile pe care le deține și pentru a stabili opțiunile educative ce-i sunt adaptate.

Teoria inteligenței emoționale a fost elaborată de D. Goleman, doctor în psihologie neurocognitivă la Universitatea Harvard, care i-a dat o dimensiune internațională. Conform acestei teorii, există cinci competențe emoționale și sociale de bază și anume:

1. **cunoașterea de sine:** o evaluare realistă a talentelor proprii și o încredere de sine întemeiată;
2. **auto-control:** stările emoționale trebuie conduse astfel încât să favorizeze îndeplinirea obiectivelor și nicidecum să le stânjenească sau să le blocheze;
3. **motivarea:** folosirea preferințelor personale în direcționarea către atingerea țelurilor propuse, care să ajute persoana să ia inițiativa și să persiste în ciuda adeversității;
4. **empatia:** identificarea stărilor emoționale ale celorlalți, capacitatea de a cultiva relații neconflictuale cu ceilalți;
5. **deprinderi sociale:** capacitatea de a te descurca bine în relații din punct de vedere emoțional.

5.3. Măsurarea inteligenței și implicații practice

Psihologia a făcut progrese mari din momentul în care s-au construit testele ca mijloace principale de măsurare a capacităților și însușirilor psihice. Foarte multă

atenție s-a acordat **testelor de inteligență** cu ajutorul cărora se măsoară nivelul de dezvoltare și de funcționalitate cognitivă a individului.


Alfred Binet, 1857-1911

Psihologul francez A. Binet (vezi figura alăturată) este cel care a construit, împreună cu Th. Simon (medic), prima *„scară metrică a inteligenței"* compusă din 30 de itemi (sarcini). Din această cauză, el este considerat astăzi ca fiind „părintele psihometriei". În 1904, Ministerul Instrucției Publice din Franța solicită înființarea unei comisii care să găsească în cadrul școlilor o metodă pentru diferențierea copiilor cu intelect normal de cei cu deficiență de intelect. Testul psihologic, construit de A. Binet și Th. Simon, a constituit un răspuns la o asemenea cerință practică și el a fost supus la două revizii (1908 și 1911, anul morții lui A. Binet).

În 1916, L. Terman s-a arătat a fi foarte interesat de testul Binet-Simon, de aceea l-a preluat în S.U.A. și l-a supus unor îmbunătățiri, denumirea nouă fiind de *„Scala de inteligență Stanford-Binet"* (Stanford provine de la Universitatea Stanford). El nu a renunțat la contribuțiile lui A. Binet, cum este cazul conceptelor de *„vârstă mentală"* (rezultatele obținute la teste) și *„vârstă cronologică"* (anii transformați în luni), însă introduce și elemente noi, inclusiv formula propusă de către psihologul german W. Stern cu ajutorul căreia se calcula **coeficientul de inteligență (QI)**:

$$QI = \frac{\text{Vârsta mentală}}{\text{Vârsta cronologică}} \times 100$$

În acest fel, se puteau depista copiii ce prezentau o dezvoltare normală (vârsta mentală era corespunzătoare vârstei cronologice) și, totodată, cei care fie prezentau un nivel de inteligență redus (vârsta mentală rămasă în urma vârstei cronologice), fie prezentau un nivel de inteligență foarte ridicat (vârsta mentală mult mai dezvoltată decât cea corespunzătoare vârstei cronologice).

Ultima revizie a testului a fost făcută în 1985 și, de atunci și până astăzi, el a circulat sub denumirea *„Scala de inteligență Stanford-Binet – a patra ediție"*, fiind aplicată subiecților cu vârsta de la 2 ani și până la vârsta adultă. Din punctul de vedere al conținutului, ea cuprinde 15 subteste.

O altă contribuție majoră în domeniul psihodiagnozei inteligenței o aduce D. Wechsler, autor american de origine română. El construiește în 1939 un test de inteligență pentru adulți, care este cunoscut astăzi după ultima revizie din 1997 sub numele de *„Scala Wechsler de inteligență pentru adulți – III"* și ea se aplică subiecților cu vârsta între 16 și 89 de ani. În 1949, construiește un alt test, destinat copiilor cu vârsta între 6 și 17 ani, cunoscut astăzi după ultima revizie din 1991 sub denumirea *„Scala Wechsler de inteligență pentru copii – III"*. De asemenea, în 1967, a construit un nou test pentru copiii mici, cu vârsta între 3 și 7 ani, care este cunoscut astăzi după revizia din 1989, sub denumirea *„Scala Wechsler de inteligență pentru copiii preșcolari și pentru copiii școlari mici – R"*.

Testele de inteligență pot fi clasificate și ele în mai multe categorii, în funcție de obiectivul mai precis urmărit:

- *teste pentru inteligență generală;*
- *teste pentru inteligență concretă;*
- *teste pentru inteligență abstractă;*
- *teste pentru inteligență tehnică;*
- *teste pentru inteligență socială;*
- *teste pentru inteligență emoțională;*
- *teste pentru inteligență lingvistică;*
- *teste pentru inteligență artistică.*

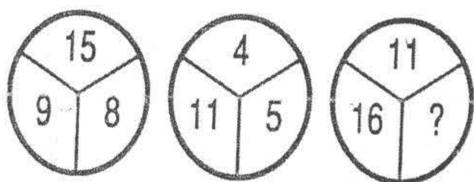
De asemenea, în funcție de modul în care se aplică, ele pot fi:

- *teste individuale, cele care se aplică unui singur subiect, cum este cazul marilor baterii de inteligență;*
- *teste de grup, cele care se aplică unui număr mai mare de subiecți.*

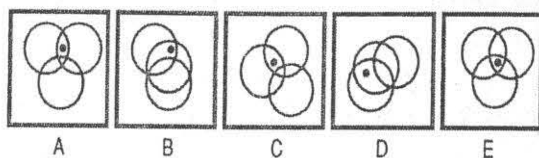


Prezentăm mai jos câteva exemple de itemi din unele teste de inteligență.

1. Care este numărul care lipsește din al treilea cerc?



2. Care este figura ce nu se potrivește cu celelalte patru?



3. Dacă toți oamenii au haine, atunci oamenii mari au:

a. haine mari;
b. haine mai puține;
c. haine;
d. haine puține.

4. Pasăre este pentru Pește ceea ce este Avion pentru:

a. barcă;
b. balenă;
c. șalupă;
d. vapor;
e. submarin.

Cum nici testele de inteligență nu au scăpat de unele critici, autorii s-au străduit să le asigure un caracter științific, în sensul că acestea trebuie să îndeplinească o serie de cerințe, printre care cele mai importante sunt:

a) fidelitatea, care înseamnă capacitatea de a oferi informații constante în cazul reaplicării lui (un test de inteligență de exemplu, nu poate în momentul T_1 de aplicare să indice existența unei valori înalte a coeficientului de inteligență, iar în momentul T_2, să presupunem după o lună de zile, să indice faptul că același subiect prezintă un intelect de limită;

b) validitatea, care înseamnă capacitatea testului de a măsura ceea ce-și propune să măsoare. Dovada validității o constituie corelația înaltă dintre rezultatele la test, în baza cărora se pot formula *judecăți prognostice*, și rezultatele la *criteriu*, adică la tipul de activitate în raport cu care s-a efectuat testarea. Dacă în urma unei acțiuni de selecție bazată pe teste, la o instituție de învățământ superior, au fost reținuți cei mai dotați candidați pentru solicitările specifice activității universitare, ei trebuie să ofere un randament crescut în cadrul acestei activități, dacă testul este valid.

După ce un test a fost construit, el este supus unui proces complex de standardizare, în sensul că el este aplicat pe un grup mare de subiecți, selectați în baza unor mijloace științifice din populația căreia i se adresează testul. Rezultatele obținute sunt, apoi, grupate în clase ce alcătuiesc *etalonul* testului.

Iată spre exemplu, cum se prezintă etalonul pentru *Scala Wechsler de inteligență pentru adulți-III*, prezentat în tabelul de mai jos.

Scor QI	Clasificare	Procentaj	
		Curba normală	Eșantion real
130 și peste	Excepțional	2,2	2,1
120 – 129	Superior	6,7	8,3
110 - 119	Peste medie	16,1	16,1
90 109	Medie	50,0	50,3
80 – 89	Sub medie	16,1	14,8
70 – 79	Borderline	6,7	6,5
69 și sub	Extrem de scăzut	2,2	1,9

După cum se poate observa din acest tabel, la o extremitate avem subiecţi (2,1%) care sunt supradotaţi şi au un nivel de inteligenţă excepţional şi, la cealaltă extremitate, sunt subiecţi (1,9%) care au un nivel al coeficientului de inteligenţă extrem de scăzut, ceea ce înseamnă că ei se caracterizează prin serioase disfuncţii intelectuale.

Testele de inteligenţă sunt folosite în activităţile de *consiliere şcolară şi vocaţională*, în sensul că după ce cunoaştem valoarea QI pentru un anumit tânăr îl putem sfătui să se îndrepte către acele forme de şcolarizare şi către acele profesiuni care solicită un acelaşi nivel de inteligenţă.

Pe de altă parte, testele sunt folosite şi în activitatea de *selecţie profesională*, în sensul că sunt recrutaţi, în baza rezultatelor, acei candidaţi care au un nivel al QI cerut de o anumită profesie.

APLICAŢII

1. Urmăriţi pe parcursul unei zile de şcoală care dintre răspunsurile colegilor voştri pot fi considerate a fi inteligente.

2. Stabiliţi cel puţin cinci profesii care solicită un nivel înalt al coeficientului de inteligenţă.

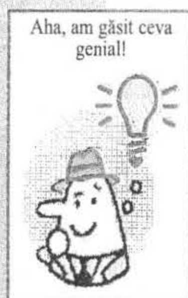
3. Cunoscând etalonul construit pentru *Scala Wechsler de inteligenţă pentru adulţi-III*, ce puteţi spune despre personalităţile care aveau următoarele valori ale coeficientului de inteligenţă:
Kant – QI = 175; Voltaire – QI = 180; Leibniz – QI = 190; Goethe – QI = 200.

4. Rezolvaţi următorul test:
- *Pe un rând sunt 5 case.*
- *Profesorul de matematică stă în casa roşie.*
- *În casa din mijloc se bea lapte.*
- *În casa verde se bea cafea.*
- *Casa albă este în dreapta casei verzi.*
- *Vecinul celui ce mănâncă mere are o vulpe.*
- *Profesorul de fizică are un câine.*
- *Profesorul de chimie bea ceai.*
- *Vecinul celui ce mănâncă struguri are un cal.*
- *Cel ce mănâncă vişine bea suc de portocale.*
- *Vecinul profesorului de matematică mănâncă mere.*
- *Profesorul de română stă în prima casă.*
- *Cel ce mănâncă piersici creşte melci.*
- *Profesorul de biologie mănâncă cireşe.*
- *Vecinul profesorului de română stă în casa albastră.*
- *În casa galbenă se mănâncă struguri.*

Ţinând cont de informaţiile furnizate de aceste propoziţii, trebuie să găsiţi răspuns la următoarele două întrebări şi, totodată, să vedeţi cât timp a durat până aţi rezolvat testul:

a) Ce profesor bea apă?

b) Ce profesor creşte zebre?



6. Creativitatea

Evoluția societății și progresele uriașe în planul cunoașterii și al tehnologiei ar fi greu de explicat dacă oamenii nu ar avea capacitatea de a depăși prezentul și de a crea noul. De-a lungul timpului, s-au realizat mii și mii de invenții și de inovații și s-au făcut extrem de multe descoperiri (progrese în planul cunoașterii). Astăzi, ne deplasăm extrem de repede cu ajutorul mijloacelor de mare viteză, comunicăm de la mare distanță în orice moment, avem acces la informațiile transmise din locuri foarte îndepărtate, am scăpat de boli care făceau ravagii printre semenii noștri. Și toate acestea pentru că omul nu s-a mulțumit cu ceea ce este, el fiind mereu marcat de nevoia de a crea ceva nou. Deci individul uman, printre alte trăsături ale personalității sale, se caracterizează și prin creativitate.

6.1. Ce este creativitatea?

Dar ce este creativitatea? Răspunsul nu este ușor de dat, datorită caracterului său deosebit de complex. De altfel, prin problematica ei, creativitatea nu intră numai în sfera de interes a psihologiei, ci și a altor științe.

În psihologie, conceptul de creativitate a fost introdus de către G.W. Allport în 1937. Definițiile care au fost formulate de-a lungul timpului (după I. Taylor, ar fi peste 100) au pus accent mai mult fie pe personalitatea celui care creează, fie pe procesul de creație, fie pe produsul realizat. Ori surprinderea creativității în integralitatea ei necesită abordarea din perspectiva celor trei direcții.

Creativitatea este ansamblul unitar al factorilor subiectivi și obiectivi care duc la realizarea de către indivizi sau grupuri a unui produs original și de valoare pentru societate.

Factorii psihologici implicați în procesul creației se pot împărți în factori intelectuali și non-intelectuali:

A. Factorii intelectuali

1. **factorii de fluență** (fluiditate), identificați de către J. Guilford sunt: fluență verbală; fluență asociațională; fluență expresională; fluență ideațională.

2. **flexibilitatea gândirii**, adică ușurința cu care un individ face legături noi între elemente independente, ușurința cu care el restructurează anumite seturi de scheme și anumite clișee. Opusul flexibilității îl constiuie **rigiditatea gândirii**, evidențiată foarte bine de fenomenul *fixității funcționale* (de exemplu, individul este în imposibilitatea de a găsi noi utilități unor obiecte cunoscute, familiare);

3. **originalitatea**, care are mai mulți indicatori, cum ar fi: caracterul neuzual al soluțiilor, raritatea lor statistică, ingeniozitatea, caracterul surprinzător al unor noi asociații dintre cunoștințele utilizate etc.

În concepția lui Guilford fluiditatea, flexibilitatea și originalitatea constituie aspecte ale capacității de a realiza producții divergente (noi);

4. referitor la **inteligență**, studiile efectuate au arătat că nu întotdeauna există o corelație pozitivă între nivelul de inteligență (valoarea QI) și creativitate. Astfel:
- sunt unii foarte creativi, dar cu un nivel de inteligență relativ scăzut (mai ales în domeniul creației artistice);
- sunt alții cu un coeficient de inteligență foarte ridicat, dar care nu sunt deloc creativi și productivi.

5. **imaginația**, mai ales sub forma *imaginației productive* sau *creatoare* (procesele imaginației se desfășoară în direcția producerii unor imagini și combinații noi, originale). Creativitatea nici nu poate fi concepută fără existența acestui „laborator" de creare de imagini care ulterior pot găsi corespondent în realitate.

B. Factori non-intelectuali

1. **factori aptitudinali**; este vorba, mai ales, de aptitudinile speciale care favorizează desfășurarea unor tipuri de activități cu rezultate supramedii (aptitudini artistice, aptitudini tehnice, aptitudini literare, aptitudini muzicale etc.);

2. **factori motivaționali și atitudinali**; *motivația*, mai ales prin forma *motivației intrin-*



Cunoaşteţi vreun coleg, vreo cunoştinţă, vreun prieten care are un interes deosebit pentru un anumit domeniu?

Dacă da, arătaţi cum se manifestă această pasiune prin conduita sa.

seci are o mare importanţă pentru creativitate. Interesul cuiva pentru un anumit domeniu de activitate îl menţine racordat mai tot timpul la acesta. Toată fiinţa lui este orientată către ceea ce-l preocupă, către ceea ce-l atrage.

Pe de altă parte, *atitudinile,* mai ales cele creative, joacă un rol extrem de important în creativitate. Atitudinile creative pot favoriza la rândul lor dezvoltarea aptitudinilor;

3. **factorii temperamentali**; temperamentul persoanei creatoare îşi pune amprenta asupra stilului său creator, la fel şi alţi factori, cum ar fi factorii sociali şi psihosociali.

Psihologul român P. Popescu-Neveanu a arătat că, în calitatea sa de dimensiune complexă a personalităţii, creativitatea poate fi explicată prin *modelul bifactorial,* prin intermediul căruia ea este definită ca *interacţiune optimă între aptitudini şi atitudini,* între *vectori şi operaţii.*

Vectorii pot fi: *pozitivi* (creativi), cu rol de energizare şi direcţionare a activităţii: trebuinţele de creştere, motivaţia intrinsecă, interesele puternice, angajarea în profesie (activitate), niveluri ridicate de aspiraţie, atitudini creative (încrederea în forţele proprii, curaj, perseverenţă, curiozitate, receptivitate la nou, iniţiativă etc.); *negativi,* cu rol de frânare a procesului creaţiei: trebuinţe homeostazice, motivaţia extrinsecă, lipsa unor interese adecvate, nivel scăzut de aspiraţii, atitudini noncreative (neîncredere în forţele proprii, conformismul intelectual, încăpăţânarea etc.).

Operaţiile la rândul lor pot fi şi ele împărţite astfel: *operaţii noncreative*, adică rutiniere, automatizate, bazate pe algoritmi (predomină gândirea convergentă); *operaţii creative*, deschise, de tip euristic (predomină gândirea divergentă), bazate pe procedeele imaginaţiei, pe descoperire şi invenţie.

6.2. Procesul creativ

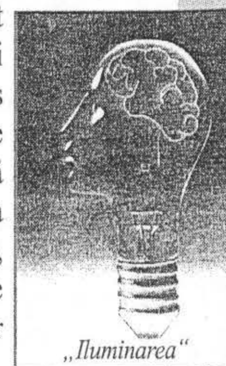
Majoritatea autorilor consideră că acesta se desfăşoară stadial. Referitor la numărul acestor stadii sau etape, sunt puncte de vedere diferite. Astfel, D. Harris vorbeşte de existenţa a 6 etape, iar A. Osborn susţine existenţa a 7 etape.

Dar punctul de vedere ce s-a impus cel mai mult aparţine lui G. Wallas (1929). Acest autor distinge 4 etape esenţiale ce pot fi întâlnite atât în creativitatea artistică, cât şi în cea ştiinţifică:

1. **Prepararea** sau pregătirea, în cadrul căreia se pot diferenţia mai multe subetape:
   - sesizarea problemei,
   - desprinderea ei din cadrul contextului în care este angrenată;
   - informarea minuţioasă asupra „istoricului" acestei probleme;
   - emiterea ipotezelor.

2. **Incubaţia** este perioada dintre momentul elaborării ultimei ipoteze şi momentul când este definită soluţia; numită şi *perioada frustraţiei,* un rol deosebit jucându-l asociaţiile de la nivelul subconştientului şi inconştientului. Ca întindere în timp, această etapă poate fi mai scurtă sau dimpotrivă ea poate dura foarte mult fără a fi obligatoriu să se ajungă la o soluţie. În unele cazuri, aceasta poate fi şi etapa renunţării.

3. **Iluminarea** sau etapa iluminării. Răspunsul căutat apare dintr-o dată şi în mod miraculos. Sunt reacţii de tipul: „Aha, asta era!", „Am găsit!", „Acum ştius!" Acest moment al străfulgerării ideii poate apărea după eforturi intens depuse, alteori însă el poate apărea brusc fără legătură directă cu ceea ce făcea persoana (citea o carte, făcea o plimbare, asista la un spectacol etc.). De asemenea, el poate să apară chiar în timpul somnului.



„Iluminarea"

4. **Verificarea** este etapa în care soluţia este testată logico-matematic sau experimental. Ideea din mintea persoanei trebuie să fie materializată într-o formă corespunzătoare şi confruntată cu realitatea materială şi umană.

6.3. Niveluri ale creativităţii

I. Taylor consideră că există cinci niveluri ale creativităţii:

1. **Creativitatea expresivă** constituie forma fundamentală, ea manifestându-se în

comportamentul spontan (mimică-gesticulaţie, vorbire, desenele copiilor mici). Desigur, persoana nu este preocupată de obţinerea unor produse de valoare.

2. **Creativitatea productivă** este orientată în primul rând spre obţinerea unor noi produse, ea decurgând din modalitatea originală de combinare a unor factori psihici individuali, imprimând personalităţii o notă distinctă.

3. **Creativitatea inventivă** se valorifică prin invenţii şi descoperiri, punând în evidenţă o mare flexibilitate în perceperea de relaţii noi şi neobişnuite.

4. **Creativitatea inovatoare** presupune modificarea semnificativă a fundamentelor sau principiilor care stau la baza artei sau ştiinţei, fapt ce permite trecerea la transformare (de exemplu, cubismul în artă).

5. **Creativitatea emergentă** se caracterizează prin formularea la nivelul cel mai profund şi abstract a unui principiu sau a unei ipoteze noi. Este cel mai înalt nivel al creativităţii şi se manifestă la omul de geniu care revoluţionează unul dintre domeniile activităţii umane (ştiinţific, tehnic sau artistic).

6.4. Stimularea şi dezvoltarea creativităţii

Mult timp s-a considerat că cei care sunt creativi sunt puţini şi în cazul lor îşi spune cuvântul aproape în totalitate ereditatea. Şi de aici, atitudinea de rezervă în raport cu posibilităţile de dezvoltare a ei pe parcursul vieţii. În ultimul timp însă, s-a schimbat total optica privind creativitatea în sensul că *ea există sub formă latentă, virtuală, în grade şi proporţii diferite, la fiecare individ* (N. Sillamy). În consecinţă, putem vorbi de *stimularea, educarea şi antrenarea potenţialului creativ.*


„Înlăturarea" blocajului

Dezvoltarea creativităţii trebuie să presupună mai întâi înlăturarea unor blocaje ce sunt datorate modului de organizare a procesului educaţional şi, mai ales, caracteristicilor specifice modelului socio-cultural. Asemenea blocaje pot fi:

1. **Blocaje cognitive**, datorate unor scheme şi stereotipuri cognitive ce nu permit individului realizarea unor restructurări, a unor asociaţii noi, stabilirea unor noi utilităţi a structurilor existente.

2. **Blocaje de natură psihosocială**, creaţia fiind ţinută pe loc datorită conformismului. Odată ce preiau anumite norme comportamentale de la nivelul grupului şi comunităţii, oamenii devin atât de „disciplinaţi" încât nu mai au puterea de a vedea ce este şi ce poate fi dincolo de spaţiul cognitiv şi acţional în care îşi trăiesc viaţa.



> Asemenea blocaje sunt mai prezente la cei mai tineri sau la cei mai în vârstă?
> De ce oare?

3. **Blocaje afective**: teama de a nu greşi, de a nu se face de râs, de a nu se compromite.

Există însă şi o serie de **metode** ce pot fi folosite pentru stimularea creativităţii:

A) **Brainstormingul**, metodă fundamentată de psihologul american A. Osborn, se aplică în grup. Acesta este format din 11-12 subiecţi ce lucrează împreună timp de 30-50 de minute, respectând o serie de reguli, precum:

- daţi frâu liber imaginaţiei şi propuneţi cât mai multe idei, fără să vă preocupe neapărat calitatea lor;
- aprecierile critice sunt interzise, deci nimeni nu are voie să facă observaţii negative, să constate, să se mire sau să aibă îndoieli asupra valabilităţii ideilor propuse;
- sunt încurajate asociaţiile neobişnuite de idei; imaginaţia trebuie să fie lăsată total liberă, iar ideile extravagante să fie acceptate necondiţionat.



Aplicarea efectivă a acestei metode presupune parcurgerea mai multor etape:

1. conducătorul grupului, care este special instruit şi antrenat, anunţă problema de rezolvat;

2. se prezintă membrilor grupului regulile ce trebuie să fie respectate;

3. stimularea şi încurajarea producţiei de idei;

4. consemnarea de către un secretar a ideilor produse, fără a se menţiona şi numele celor ce le-au emis;

5. evaluarea în final, de către o comisie specială, a ideilor, acestea fiind ierarhizate după valoarea lor.

Esenţa acestei metode constă în *separarea intenţionată a actului imaginaţiei de faza gândirii critice, obiective, raţionale.* Etimologic, brainstorming provine din cuvintele în limba engleză *„brain“* = creier şi *„storm“* = furtună, la care se adaugă desinenţa *ing*. Ar însemna în traducerea cuvânt cu cuvânt, „furtună în creier“, însă denumirea consacrată este cea a *„asaltului de idei“*.

B) Sinectica, metodă fundamentată de W. Gordon, cel ce a organizat în 1944 primul grup sinectic. Deşi se aseamănă în multe privinţe cu brainstormingul, această metodă se carecterizează prin următoarele:

- este prin excelenţă o metodă de grup şi, totodată, o metodă calitativă;
- este o încercare mai disciplinată şi mai specifică de a folosi *stările psihologice* şi *aspectele emoţionale*;
- grupul cuprinde 5-6 persoane cu pregătire şi experienţă diferită;
- se folosesc două operaţii de bază: a) „să faci ca un lucru ciudat să devină familiar“; b) „să faci ca obişnuitul să devină ciudat“.

Aplicarea presupune parcurgerea a 3 faze:

1) convertirea ciudatului în familiar – înţelegerea problemei;

2) convertirea familiarului în straniu, ciudat – îndepărtarea de problemă;

3) reconvertirea ciudatului în familiar – revenirea la problemă.s

Cel care conduce grupul sugerează, din când în când, folosirea unor analogii, de aceea metoda mai poartă şi denumirea de **metoda anlogiilor**.

C) Metoda „6-3-5“, a cărei denumire provine de la faptul că grupul cuprinde 6 persoane, iar primele 3 idei emise sunt prelucrate de alte 5 persoane. Mai exact, aplicarea acestei metode presupune parcurgerea următorilor paşi:

1. fiecare dintre cei şase membri ai grupului împarte o coală de hârtie în trei coloane;
2. conducătorul grupului enunţă problema şi fiecare participant formulează trei idei în cele trei coloane;
3. fiecare participant transmite foaia sa colegilor din dreapta şi primeşte foaia colegului din stânga;
4. cele trei idei formulate de colegul de la care a primit foaia sunt completate, îmbunătăţite, modificate etc.;
5. urmează noi deplasări ale foilor până când ideile iniţiale au trecut pe la toţi ceilalţi membri ai grupului;
6. se adună foile şi se poartă o discuţie finală.

Dar creativitatea nu poate fi dezvoltată numai prin metode speciale. În cadrul procesului de învăţământ şi, mai larg, în cadrul procesului de socializare şi culturalizare a personalităţii, trebuie să se producă o serie de schimbări privind modul în care este considerat procesul creaţiei şi modul în care pot fi folosiţi factorii care facilitează dezvoltarea creativităţii. Astfel:

- *creaţia nu aparţine ereditar doar unei minorităţi;*
- *relaţia educaţională trebuie să fie o relaţie destinsă, democratică, favorizând comunicarea liberă şi eficientă dintre educator şi educat;*
- *eliminarea blocajelor culturale şi emoţionale din cadrul câmpului educaţional;*
- *stimularea iniţiativei în a formula probleme, în a exprima opinii şi în a formula soluţii;*
- *utilizarea unor metode şi procedee de învăţare care să permită nu atât preluarea produselor activităţii de creaţie, ci, mai ales, deschiderea către noi alternative şi formularea de noi întrebări.*

Este mult mai important şi mai util pentru un elev să pună cât mai multe întrebări şi să-şi exprime cât mai multe opinii, decât să reproducă cât mai exact ceea ce spun profesorii sau ceea ce este scris în cărţi.

APLICAŢII

1. Un şcolar, premiant la şcoală, este întrebat de un bătrân: „Dacă într-un pom sunt 24 de păsărele şi un vânător trăgând cu puşca omoară 6 dintre ele, câte mai rămân în pom?“ Şcolarul răspunde repede: „18 păsărele“, iar bătrânul îi spune râzând: „Niciuna“. Care dintre cei doi are dreptate şi de ce?

2. Aveţi la îndemână un triunghi, un cerc şi un pătrat. Faceţi cât mai multe combinaţii cu aceste elemente, indiferent de numărul lor, pentru a reda ceva, desigur, în formă stilizată.

1. Etape în dezvoltarea personalităţii



Personalitatea, aşa cum se manifestă ea la persoana matură, cu structura şi funcţionalitatea sa complexă, este rezultatul unui îndelungat proces de dezvoltare care începe încă din copilăria timpurie. Astfel, omul nu se naşte cu personalitate, ci aceasta se formează treptat, parcurgând mai multe etape şi atingând niveluri diferite de organizare şi structurare.


Aceeaşi persoană în diferite etape de dezvoltare

Acest proces este determinat şi condiţionat de foarte mulţi factori care intervin şi interacţionează variat, construind un drum de viaţă propriu fiecăruia. Trei dintre aceşti factori au fost consideraţi fundamentali pentru că lipsa oricăruia dintre ei sau slaba lor manifestare face fie imposibilă dezoltarea personalităţii, fie o limitează foarte mult. Aceştia sunt: ***ereditatea, mediul, educaţia****.*

1.1. Factorii fundamentali ai dezvoltării psihice, ai formării personalităţii

Ereditatea este primul factor fundamental al dezvoltării personalităţii şi cel dintâi care se manifestă. S-a demonstrat că nu există nici o manifestare psihică fără o bază organică asigurată de ereditate.

Ereditatea este proprietatea fiinţelor vii de a transmite urmaşilor caractere dobândite de-a lungul filogenezei.

Mecanismul transmiterii acestor caractere este **codul genetic**, adică ansamblul tuturor genelor proprii speciei umane, organizate în mod specific la fiecare fiinţă. Deci, fiecare are propriul său **genom**.

Prin acest mecanism se transmit particularităţile biologice structurale şi funcţionale de următoarele tipuri:

- aparţinând oamenilor din toate timpurile;
- proprii unor grupuri rasiale şi de sex;
- caracteristice unui arbore genealogic;
- comune cu ale părinţilor direcţi;
- altele sunt rezultate din combinarea aleatorie a genelor primite de la parinţi (de la fiecare se transmit câte 23 de cromozomi).

Prin urmare, mecanismul ereditar asigură particularităţi ale structurării şi funcţionării corpului: tipul somatic, aspectele statuare şi ponderale, particularităţi metabolice, compoziţia sângelui, specificul funcţional al sistemului hormonal şi al altor organe, caracteristici ale sistemului nervos şi ale organelor de simţ, particularităţi fizionomice.

> Identificaţi cel puţin trei caractere biologice care vă aparţin şi care sunt asemănătoare cu ale părinţilor.

Caracteristicile corporale se reflectă în conţinutul imaginii de sine, şi anume în eul fizic, şi în raport cu acestea fiecare poate trăi satisfacţii şi dezamăgiri şi, totodată, încearcă pe o cale sau alta să le optimizeze.

Numeroase cercetări, mai ales cele asupra gemenilor, au demonstrat că ereditatea este un factor necesar pentru dezvoltarea personalităţii. Ea asigură premisele organice ale vieţii psihice în general şi implicit şi ale personalităţii. Contribuţia ei este mai mare la vârstele timpurii când se asigură creşterea şi funcţionarea organică şi, cu deosebire, cea a sistemului nervos. De asemenea, importanţa ei este mare pentru formarea anumitor componente ale personalităţii, cum ar fi temperamentul, inteligenţa, aptitudinile speciale (aşa cum s-a văzut în capitolul al V-lea).

Dar ereditatea nu este suficientă pentru formarea personalităţii. Ea asigură premisele (R. Zazzo) care sunt totuşi potenţiale şi polivalente şi abia intervenţia celorlalţi factori va conduce la definirea şi formarea anumitor componente ale personalităţii. Dacă mediul şi educaţia nu acţionează la timp, se pierde potenţialul ereditar.

Este convingător exemplul copiilor crescuţi de animale. Astfel, în 1799 în Franţa, a fost găsit un copil de 11-12 ani care era complet animalizat.


Jean Itard, 1774-1838

Doctorul Itard (vezi figura alăturată) a lucrat trei ani cu acest copil ca să-l facă să se comporte ca oamenii, dar nu a reuşit. La fel în 1954, a fost găsit în India un copil de 9 ani care scotea sunete animalice, fugea în patru labe, îşi arăta dinţii.

După ce a fost adus în societate, doi psihologi au încercat timp de 14 ani să-l înveţe să vorbească, dar nu au reuşit să-l facă să scoată nici un sunet uman (M. Zlate).

Prin urmare, în aceste cazuri s-a pierdut potenţialul ereditar. Influenţele de mediu şi educaţie s-au exercitat foarte târziu. Ereditatea nu se transformă nemijlocit în componente ale personalităţii, ci se implică în interacţiuni complexe cu ceilalţi doi factori.

Mediul este cel de-al doilea factor fundamental al dezvoltării personalităţii.

Mediul este totalitatea influenţelor naturale şi sociale, fizice şi spirituale, directe şi indirecte, spontane şi organizate, intenţionate şi neintenţionate care constituie ambientul în care se naşte, trăieşte şi se dezvoltă omul.

Pentru om este important şi mediul natural. Dar influenţa cea mai mare este exercitată de componentele socio-culturale. Fiecare fiinţă interacţionează de-a lungul vieţii cu mai multe medii:

- familial,
- al instituţiilor educative de diverse grade,
- al grupului de prieteni,
- al grupului de muncă,
- al comunităţii urbane sau rurale,
- a celei regionale şi continentale care au şi un anume specific socio-cultural.

Mediul exercită influenţe variate şi, totodată, caracteristice pentru fiecare vârstă. Acestea definesc o **nişă de dezvoltare**, care se referă la:

- obiecte şi locuri acccesibile copilului în cadrul acelui mediu;
- răspunsurile şi reacţiile persoanelor din jurul copilului;
- cerinţele adulţilor privind comportamentele şi performanţele pe care trebuie să le atingă copilul;
- activităţile propuse, impuse sau desfăşurate din iniţiativa copilului şi acceptate de cei din jur.

După aceste dimensiuni, se pot analiza condiţiile de dezvoltare oferite de diferite tipuri de familii şi diferite culturi.

Încercaţi să definiţi nişa de dezvoltare oferită de familia voastră folosindu-vă de dimensiunile prezentate mai sus.

Dacă influenţele mediului se exercită la timp în concordanţă cu derularea programului ereditar, atunci dezvoltarea se realizează la niveluri înalte. Etnograful francez Vellard a găsit în Peru o fetiţă de 2 ani provenită dintr-un trib primitiv. Ea a fost integrată într-o familie de intelectuali francezi care i-au asigurat condiţii foarte bune de mediu şi educaţie. Fetiţa a urmat şcoala, a făcut studii universitare şi a ajuns etnograf, cunoscând totodată mai multe limbi străine. Prin urmare un mediu stimulativ care îşi exercită de timpuriu influenţele poate asigura o dezvoltare foarte bună, dacă există premise ereditare normale. Cea mai bună perioadă a exercitării acestor influenţe este între 2 şi 8 ani când se petrec importante procese de maturizare somatică şi de funcţionare generală a organismului şi mai ales, a sistemului nervos.

Influenţe puternice exercită mediul asupra formării caracterului. S-a demonstrat că familia reprezinta un puternic factor de dezvoltare în copilărie. Modelele de conduită a părintilor, cerinţele şi exigenţele lor, stilul lor de viaţă, climatul socio-afectiv din familie, dragostea necondiţionată faţă de copil, constituie influenţe hotărâtoare pentru punerea bazelor personalităţii în preşcolaritate şi dezvoltarea amplă a acesteia în următorii ani. Expresia „cei şapte ani de acasă“ sintetizează toate aceste influenţe şi exprimarea lor mai ales în caracterul copiilor.

Influenţele mediului familial sunt complementarizate de cele ale grădiniţei şi şcolii şi, treptat, acestea din urmă vor domina procesul formării personalităţii copiilor şi tinerilor.

Şcoala, cu sistemul său de activităţi, cu interacţiunile de durată dintre elevi şi profesori şi dintre elevii înşişi cu regimul zilnic şi climatul socio-afectiv caracteristic, va marca dezvoltarea caracterială a elevilor şi va exercita influenţe hotărâtoare asupra dezvoltării capacităţilor, aptitudinilor, talentelor, creativităţii. Sunt unele unităţi şcolare care dobândesc un anumit renume şi care contribuie la apariţia la elevii lor a unor particularităţi ce le dau o notă specifică, recunoscută de către alţii. Astfel se spune „sunt lazărist“, tu „eşti lazărist“, care este o componentă caracteristică a identităţii absolvenţilor Liceului Gh. Lazăr din Bucureşti.

Mediul familial şi şcolar contribuie foarte mult la dezvoltarea sistemului motivaţional şi a aspiraţiilor, la formarea idealului de viaţă.

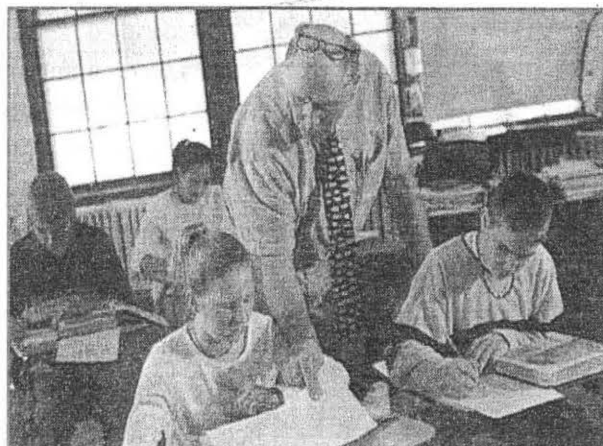
Începând cu preadolescenţa, creşte foarte mult rolul grupurilor formale şi mai ales al celor informale. Aceşti factori pot consolida anumite trăsături caracteriale, pot dezvolta altele, lărgesc experienţa socială a tinerilor, diversifică atitudinile şi comportamentele lor prosociale. În lipsa acestor influenţe, dezvoltarea unei persoane rămâne limitată şi aceasta ar putea avea în viitor dificultăţi de integrare socială.



Încercaţi să relevaţi ce experienţe sociale aţi trăit împreună cu grupul de prieteni şi care au produs unele schimbări în personalitatea voastră.

Educaţia este cel de-al treilea factor fundamental al dezvoltării personalităţii şi într-o accepţie largă, poate fi definit astfel:

Educaţia este ansamblul de acţiuni şi activităţi care integrează fiinţa umană ca pe un factor activ, se desfăşoară sistematic, unitar şi organizat, pe durate lungi de timp, având conţinuturi definite în raport cu cerinţele societăţii, utilizând metode şi strategii fundamentate ştiinţific şi fiind conduse de persoane competente, special calificate.



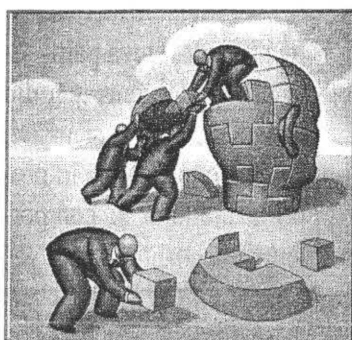
Desfăşurarea unei ore de curs, în liceu

Mulţi autori acordă educaţiei rolul de factor hotărâtor în dezvoltarea personalităţii pentru că:

- ea proiectează devenirea acesteia şi asigură condiţii corespunzătoare de realizare;
- dezvoltă la nivel înalt capacităţile umane;
- asigură dezvoltarea deplină a personalităţii;
- stimulează transformările ei prin crearea intervalelor optime între cerinţe şi posibilităţi şi sprijinirea adecvată pentru depăşirea eventualelor obstacole;
- exercită influenţe sistematice pentru dezvoltarea aptitudinilor, talentelor, creativităţii;
- promovează constant valori şi norme care ajută la formarea caracterului, a aspiraţiilor şi proiectelor de viaţă.



Comparaţi dificultăţile de exprimare verbală ale unei persoane care nu a urmat şcoala cu ale alteia care este absolventă de liceu şi explicaţi modalităţile de influenţare din partea şcolii.


Influența mai multor factori la dezvoltarea personalității

Cu privire la relația dintre factori, se face precizarea: ereditatea este o premiză a dezvoltării psihice, mediul o sursă și o condiție, educația un factor determinant, o forță motrică a dezvoltării.

În relațiile cu mediul și educația, ființa umană nu este pasivă, ci în funcție de nivelul său de dezvoltare fizică și psihică, poate realiza următoarele tipuri de interacțiuni:

a) interacțiunea reactivă, adică în mediul său familial, în funcție de ce a reușit să achiziționeze până la un moment dat, un copil va răspunde într-un fel specific lui la anumite stimulări și nu va răspunde la altele; astfel copilul aflat în primul an de viață va răspunde unor stimuli sonori, luminoși etc., iar pe alții „îi va ignora cu măreție" (J.Piaget);

b) interacțiunea evocativă constă în faptul că nivelul reacțiilor copilului schimbându-se antrenează răspunsuri diferențiate ale celor din jur, atenție și stimulări progresive; astfel părinții care observă la copil o plăcere specială pentru muzică vor tinde să asigure cât mai multe ocazii de susținere a acestei înclinații. Vor încuraja și valoriza orice reușită a copilului;

c) interacținea proactivă se referă la faptul că pe măsură ce copilul și mai ales preadolescentul și adolescentul se dezvoltă, ei devin capabili să selecteze relațiile și influențele ce se exercită asupra lor și să-și construiască astfel un mediu propriu (R. Atkinson și colab.); de exemplu, dacă un preadolescent este extravertit, el va căuta mereu ocazii de a fi împreună cu prietenii uneori nemulțumindu-și chiar familia.

Sub influneța acestor factori se desfășoară un proces complex și îndelungat de formare a personalității care atinge niveluri calitativ distincte „...deosebite între ele prin diferențierea și specializarea interioară a componentelor personalității pe de o parte, dar și prin relațiile de interacțiune și interdependența realizate între structura internă și factorii externi." (M. Zlate)

1.2. Etape în dezvoltarea personalității

• Copilăria și formarea bazelor personalității

Așa cum s-a precizat, personalitatea nu se manifestă imediat după naștere, chiar dacă unele particularități temperamentale pot fi deja constatate. După trei ani se conturează componentele de bază a personalității. Astfel se produc maturizări neurofuncționale, se îmbogățesc și se diversifică activitățile preșcolarilor care permit să se dezvolte la un nivel inițial acele aptitudini care au componente senzoriale și motrice, asa cum ar fi cele pentru muzică, desen, coregrafie, limbi străine. Acestea se manifestă acum ca receptivitate crescută față de stimulii corespunzători, ca posibilități de discriminare fină, stocare rapidă de informații semnificative, însușire de mișcări simple și complexe.

Aptitudinile se dezvoltă apoi în școlaritatea mică, sub influența sistematică a procesului instructiv-educativ, astfel încât se exprimă deja în rezultate semnificative relevate de învățătoare, de cei din familie, de colegi. În situația unei înzestrări native speciale, chiar în preșcolaritate, aptitudinile pot atinge niveluri înalte și se pot exprima în rezultate remarcabile. De exemplu, Mozart (vezi figura alăturată) la 5-6 ani improviza cu ușurință motive muzicale simple, iar George Enescu a devenit la 5 ani autor al unei lucrări pentru pian și vioară.


Wolfgang Amadeus Mozart, 1756-1791

În preșcolaritate, încep să se formeze primele trăsături de caracter, cum ar fi respectul față de alții, hărnicia, autonomia independența, inițiativa etc. Modelele și cerințele parentale joacă un rol foarte important. În relațiile din cadrul grădiniței, se dezvoltă cu precădere sociabilitatea, disponibilitatea la colaborarea cu altul etc.

Odată cu intrarea în școală se pot dezvolta trăsături caracteriale cum ar fi sârguința, conștiinciozitatea, punctualitatea, autoexigența etc.

Totodată, încep să fie din ce în ce mai evidente diferențele individuale în manifestarea personalității, iar cunoașterea acestora este foarte importantă pentru optimizarea educației școlare și familiale de la aceste vârste.

• Preadolescența și adolescența, etape semnificative în dezvoltarea personalității

În cursul acestor stadii, se produc schimbări importante la nivelul personalității. Se dezvoltă capacitățile și aptitudinile și se manifestă talente pentru noi domenii (informatică – vezi figura alăturată – matematică, fizică, chimie, tehnica, literatură, filosofie). Acestea se exprimă în rezultate remarcate mai întâi la nivelul școlii și apoi la cel regional și național. Adolescenții participă la olimpiade naționale și internaționale, la concursuri sportive și artistice. Creativitatea se exprimă în preadolescență printr-un spor de fluiditate, iar în adolescență prin creșterea originalității.


Adolescent interesat de informatică

Se consolidează trăsăturile de personalitate formate în copilărie, altele își schimbă poziția în structura generală a personalității pentru a corespunde mai bine cu progresele psihice generale și cu implicările adolescenților în activități și relații noi. Se formează noi însușiri caracteriale ce reglează relațiile sociale mai largi ale adolescentului și orientările sale în viitor. Procesul transformărilor caracteriale nu este simplu, ci adesea tensionat, răscolitor, definind o adevărată criză de dezvoltare care a fost numită *„criza de originalitate a adolescentului"*.

> Identificați în propria adolescență momente de tensiune și conflict cu familia și, în genere, cu lumea adulților, care caracterizează această criză de dezvoltare.

Mai ales în adolescență, se formează noi componente ale personalității ce exprimă orientarea generală a persoanei, așa cum ar fi: o concepție proprie de viață, un sistem personal de valori, un proiect sau ideal de viață, conștiința apartenenței la generație, imaginea de sine și identitatea de sine.

> Identificați câteva particularități ale generației din care faceți parte și arătați cum se exprimă ele în propriile atitudini și comportamente.

• Stadiul tinereții și al adultului, etape semnificative în maturizarea personalității

Angajările fundamentale ale tinerilor în profesie, în viața socială, în cea de familie consolidează și îmbogățesc structura personalității.

Aptitudinile și talentele devin o certitudine și se exprimă în rezultate semnificative mai ales în plan profesional. Tinerii sunt, cu deosebire, interesați de sarcinile creative și de ocaziile de manifestare a disponibilităților lor.

Componentele temperamental-caracteriale sunt stabilizate și consolidate fără a fi rigide și exprimă un nivel nou al maturizării personalității. Tinerii demonstrează câteva trăsături dominante cum ar fi:

a. energie și dinamism;
b. orientare expresă spre nou și viitor;
c. aspirații înalte;
d. generozitate și încredere în ceilalți;
e. curaj și temeritate etc.

Intrarea în profesie și întemeierea propriei familii cristalizează identitatea profesională, familială și socio-culturală care reprezintă o altă particularitate a evoluției personalității între 25 și 35 de ani.

În cursul stadiului adult, se consolidează identitatea profesională, familială și socioculturală și se maturizează pe deplin personalitatea. Trăsăturile dominante ale personalității din acest stadiu sunt:

a. stăpânirea de sine;
b. echilibrul afectiv;
c. independența în decizii și acțiuni;
d. autonomia;
e. prudența;
f. obiectivitatea în perceperea de sine și a altora;

g. expansiune moderată și fundamentată cu privire la proiectarea viitorului;
h. înfruntarea matură a marilor încercări ale vieții.

• **Bătrânețea și schimbările caracteristice ei în funcționarea personalității**

Despre bătrânețe se spune că are un trecut lung și un viitor scurt, ceea ce simplifică planurile de viață și exprimă înțelepciunea adaptării la scăderea treptată a forțelor fizice și psihice.

Ieșirea din câmpul profesional (pensionarea) și organizarea vieții în jurul problemelor casnice și a conducerii la liberă voie a acestora generează o descreștere a responsabilității sociale personale și aduce relaxare și posibilitatea de a se bucura de o anumită libertate. Dar aceste efecte apar numai la cei care își gestionează dezangajarea profesională și găsesc noi căi de a fi activi și de ajutor celorlalți.

Un aspect foarte important al personalității oamenilor în vârstă este și cel al înfruntării mature a finalului vieții și a deteriorării sănătății. Cercetările actuale sunt orientate cu precădere asupra susținerii persoanelor de vârsta a treia pentru ca ele să parcurgă optim această parte a vieții și să își rezolve singure cât mai mult timp problemele de existență.

APLICAȚII

1. Faceți un tabel în care să existe următoarele rubrici:
   • denumirea stadiului,
   • ce componente apar,
   • ce se consolidează,
   • ce se maturizează,
   • ce se modifică în final,

   Relevați astfel dinamica dezvoltării personalității.

2. Citiți frazele de mai jos. Trei dintre ele pot fi spuse de adolescenți, alte trei de tineri, altele de adulți și de bătrâni. Identificați care ar fi cei ce le spun.
   • Pentru mine, viitorul este îndoielnic.
   • Trecutul este pentru mine un punct de plecare pentru ceea ce vreau să proiectez.
   • Gândurile mele se îndreaptă cel mai des spre trecut.
   • Viitorul este departe, dar mă interesează din ce în ce mai mult.
   • Mă gândesc la multe din ce pot să fac în viitor, dar vreau întâi să reflectez bine asupra lor.
   • Cred că viitorul îmi aparține.
   • Toți mă întreabă mereu despre viitor.
   • La ce mă mai pot aștepta de acum încolo?
   • Consider că mai am încă destule rezerve pentru confruntarea cu viitorul.
   • Mă gândesc în egală măsură și la trecut și la viitor.
   • Cred că viitorul aparține tineretului și nu mie.
   • Nu prea îmi este clar viitorul, dar mă gândesc mereu la el.

2. Relaţiile interpersonale şi rolul lor în dezvoltarea personalităţii



V-aţi gândit vreodată la cât de greu ar fi să trăiţi în singurătate, fără nimeni, fără prieteni, fără cei pe care îi iubiţi şi preţuiţi? V-aţi gândit ce s-ar întâmpla? Cum v-aţi simţi? Cum aţi supravieţui dacă o persoană dragă ar dispărea? Dacă nu, gândiţi-vă acum şi vă veţi da seama că relaţiile cu alţii, cu semenii sunt fundamentale pentru existenţa umană.

2.1. Definire şi caracterizare

Prin esenţa sa, omul este o fiinţă socială, el nu poate trăi singur, izolat, rupt de ceilalţi oameni. Dimpotrivă, el se raportează permanent la alţii, acţionează împreună cu ei, stabileşte relaţii cu cei din jurul său. Existenţa umană ar fi greu de conceput în afara relaţiilor sociale. Numai că aceste relaţii sociale sunt foarte multiple, variate şi acţionează în planuri diferite. Ele se întind de la relaţia de simpatie dintre două persoane, de la cea de rudenie sau de vecinătate, până la relaţiile economice obiective, specifice unei societăţii, unui anumit timp istoric. Printre acestea un loc aparte îl ocupă relaţiile interpersonale care pot fi considerate ca reprezentând un *caz particular al relaţiilor sociale.*

Relaţiile interpersonale sunt legături psihologice, conştiente şi directe între oameni.

Caracterul psihologic al legăturii arată că avem de-a face cu două surse psihice, ambele înzestrate cu toată gama funcţiilor, însuşirilor, stărilor şi trăirilor psihice; că la realizarea actului respectiv participă întreaga personalitate a individului şi nu doar o „parte", un „fragment" al ei; în sfârşit, că trăirile psihice ale persoanelor care intră în relaţie sunt orientate unele spre altele, în vederea obţinerii unei reciprocităţi psihice. Pe baza acestui criteriu, diferenţiem relaţiile interpersonale de alte relaţii care au loc între surse nepsihice (obiect – obiect) sau între o sursă psihologică şi o alta nepsihică (subiect – obiect).

Caracterul conştient al legăturii evidenţiază faptul că pentru a intra în relaţii de tip interpersonal, oamenii trebuie să fie conştienţi, adică să îşi dea seama unii de alţii, de existenţa, nevoile şi însuşirile lor, de natura şi scopul raporturilor care se stabilesc între ei. Această caracteristică ne ajută să diferenţiem relaţiile interpersonale de acele relaţii care au loc între două surse psihice, dintre care o sursă psihică este conştientă, iar cealaltă sursă psihică nu (mamă – sugar; medic – pacient în stare de comă; om – animal).

Caracterul direct al legăturii indică necesitatea prezenţei „faţă în faţă" a celor doi parteneri, realizarea unui minim contact perceptiv între ei. În relaţiile cotidiene (mobile, dinamice, fluctuante), el acţionează manifest, permanent, în timp ce în relaţiile consolidate (bazate pe acumularea, sintetizarea şi generalizarea selectivă tocmai a relaţiilor cotidiene), caracterul direct este prezent implicit, latent, doar ca moment iniţial. Pe baza acestui criteriu, diferenţiem relaţiile interpersonale de toate acele relaţii care sunt mediate, fie de surse nepsihologice (de telefon, de o scrisoare etc.), fie de surse psihice (relaţia dintre două persoane mediată de o a treia).

Funcţionarea concretă a relaţiilor interpersonale este condiţionată de prezenţa *concomitentă* a tuturor acestor caracteristici definitorii, lipsa uneia dintre ele determinând existenţa unei interacţiuni, a unor relaţii interumane sau interindividuale, dar nu şi interpersonale. Deşi cele trei caracteristici sunt obligatorii pentru orice act interpersonal,

ponderea lor poate fi diferită în funcție de natura și specificul relației, în sensul că una dintre ele poate trece pe prim plan, subordonându-și-le pe celelalte. În relația profesor – elev, caracterul conștient și direct sunt atât de evidente încât nu ele contează cel mai mult, ci caracterul psihologic, fiind necesar ca între cei doi să se obțină acea reciprocitate a perspectivelor de care vorbeam mai înainte. La fel în relația medic – pacient, caracterul psihologic și direct al relației sunt evidente (vezi figura alăturată). Trebuie realizat mult mai bine caracterul conștient, bolnavul fiind convins de ceea ce îi spune medicul, să țină seama de sfaturile lui.


Caracterul psihologic al relației medic – pacient

În afara acestor parametri definitorii, relațiile interpersonale au și alte particularități care evidențiază și mai bine semnificația lor pentru viața și activitatea oamenilor. Astfel, ele pot fi considerate ca reprezentând un fel de *„aliaje"*, de *„mixturi" între social și psihologic, între obiectiv și subiectiv.* Ele sunt sociale (deci obiective) prin faptul că au loc și depind de contextele sociale în care trăiesc indivizii; sunt psihologice (subiective) prin aceea că inițiatorul și purtătorul lor este omul cu psihologia sa proprie. Deși aceste două aspecte sunt intim corelate, aceasta nu înseamnă că între ele nu apar și relative distanțări, contradicții, extrapolări. Se știe că în cadrele instituționalizate primează de regulă aspectul social, formal, mai rigid, în timp ce în afara acestor cadre în viața cotidiană pe prim plan trec aspectele psihologice, informale, mobile.

Relațiile interpersonale au un pronunțat **caracter etic, moral** deoarece prin intermediul lor omul urmărește realizarea binelui sau răului, fie în raport cu sine, fie în raport cu alții. Prin ele, comportamentul omului se valorizează, adică devine pozitiv sau negativ, acceptat sau respins din punct de vedere social. O asemenea particularitate a relațiilor interpersonale se capătă cu timpul, instituindu-se sau funcționând doar atunci când oamenii ajung la conștiința identității și valorii umane.

Dat fiind faptul că relațiile interpersonale dau posibilitatea oamenilor să trăiască unii prin alții, să se adapteze reciproc, să-și depășească limitele propriei lor individualități, ele capătă un pronunțat **caracter formativ**. Prin raportarea și compararea cu alții, oamenii reușesc nu doar să se cunoască prin alții, adică să își conștientizeze posibilitățile și limitele, părțile tari, solide și părțile slabe, fragile, dar să se și perfecționeze prin alții. De asemenea, prin intermediul învățării sociale ei reușesc să-și interiorizeze modelele de comportament interpersonal, învață cum să se comporte unii cu alții. Raportarea la altul, relația cu altul se soldează deci cu două categorii de efecte: o mai bună cunoaștere și autocunoaștere; o mai bună organizare a propriei vieți și activități.



> Puteți arăta cum o relație cu o *anumită persoană* a contribuit la formarea voastră ca personalități?

2.2. Tipuri de relații interpersonale

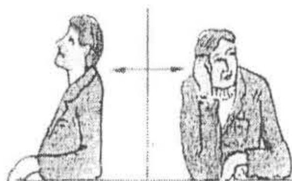
Relațiile interpersonale sunt extrem de numeroase și variate. Există relații:

- între copii de aceiași vârstă sau de vârste diferite;
- între părinți și copii;
- medic – pacient;
- vânzător – cumpărător;
- șef – subordonat;
- de ajutor reciproc;
- de conflict și opoziție;
- amicale, de prețuire, respect, dragoste;
- tensionate, de dușmănie și ură etc.

Din această cauză, clasificarea lor poate fi făcută, după mai multe criterii.



Ce tipuri de relaţii interpersonale credeţi că ilustrează imaginile de mai jos?









Un prim criteriu pe care îl avem în vedere îl reprezintă *nevoile şi trebuinţele* psihologice resimţite de oameni atunci când aceştia se raportează unii la alţii. Una dintre acestea o reprezintă nevoia de a şti, de a cunoaşte, de a dispune de unele informaţii despre partenerul relaţiei. O asemenea nevoie generează aşa-numitele **relaţii de intercunoaştere**. Cu cât o persoană dispune de mai multe date despre cel cu care intră în relaţie, date cu privire la statutul lui profesional, la trăsăturile de personalitate la dorinţele, nevoile, aspiraţiile lui, cu atât relaţiile se vor desfăşura mai uşor. Când informaţiile sunt limitate, relaţiile se vor desfăşura sub auspiciile tatonării, suspiciunii, incertitudinii. În aceste relaţii, extrem de importantă este imaginea pe care partenerii o au atât despre ei înşişi, cât şi despre celălalt.

Alături de sistemul de imagini ale partenerilor, foarte important este şi comportamentul manifest al acestora. Când sistemul de imagini şi comportament acţionează concomitent, se sprijină reciproc, relaţiile vor avea un curs firesc. De regulă însă, sistemul de imagini este mai inert, rămâne în urma evoluţiei comportamentului. În aceste cazuri, intervine o eroare de percepţie socială, care poartă numele de *inerţia percepţiei*. În virtutea primei impresii (bune sau negative), comportamentul unor persoane poate fi gratificat sau sancţionat chiar dacă evoluţia ulterioară a comportamentului persoanei respective nu mai justifică acest fapt. În relaţiile interpersonale, important este nu doar să ne formăm imagini corecte unii despre alţii, ci să ne punem de acord sistemele de imagini cu evoluţia ulterioară a comportamentului.



Amintiţi-vă „prima impresie" pe care v-a făcut-o o persoană. Arătaţi dacă această impresie v-a influenţat apoi relaţia cu persoana respectivă

Formarea unor imagini corecte depinde atât de capacitatea persoanei cu care intrăm în relaţie de a se exterioriza, cât şi de propria noastră capacitate de a judeca, aprecia, valoriza comportamentele altora. Există persoane care chiar în condiţiile unei abundenţe de informaţii, de manifestări comportamentale ale partenerilor nu reuşesc să surprindă esenţialul, se conduc după aparenţe, nu au capacitatea de a face legături etc. În schimb, alte persoane în condiţiile deficitului informaţional reuşesc să-şi cunoască foarte bine partenerii de relaţie.



• Încercaţi să vă amplasaţi în una dintre cele două categorii.

O altă trebuinţă pe care o resimt oamenii atunci când intră în relaţie unii cu alţii este aceea de a se informa reciproc, de a face schimb de informaţii şi mesaje, adică de a comunica. Această trebuinţă dă naştere **relaţiilor de intercomunicare** care sunt atât de importante încât unii autori au considerat că ele stau chiar la baza apariţiei societăţii, a grupurilor sociale. În comunicarea interumană,

deosebit de importante sunt: natura mesajelor transmise și recepționate (verbale sau non-verbale), conținutul lor (logic-abstract sau afectiv-atitudinal), existența sau inexistența momentelor psihologice ale comunicării, a intenției de a modifica comportamentul partenerilor prin comunicare etc. Sunt profesiuni, cum ar fi cea de profesor, medic etc. în care esențial este nu numai conținutul logic al mesajului, ci și încărcătura lui afectivă, emoțională.

Un psiholog povestește că, mergând odată pe stradă, a întâlnit un orb cu binecunoscuta-i plăcuță atârnată de gât pe care scria: „Sunt orb". Întrebându-l cât câștigă, orbul i-a răspuns că extrem de puțin. Atunci, psihologul l-a întrebat dacă n-ar vrea să câștige mai mulți bani și, la răspunsul afirmativ al orbului, i-a luat plăcuța de la gât, a scris ceva pe ea, i-a pus-o la loc și a așteptat. Surpriza a fost enormă: în șapca orbului, au început să curgă o mulțime de bani. Ce scrisese psihologul pe plăcuța orbului? Următoarele cuvinte: „Afară este primăvară și eu nu o pot vedea."

Explicați din punct de vedere psihologic faptul descris.

Cât de importante sunt relațiile de intercomunicare dintre oameni ne este demonstrat de situațiile de perturbare a comunicării. Dacă un profesor îi spune unui elev al său : „Du-te în clasă și spune că mâine nu mai facem lecția la ora 16, ci poimâine la ora 16, iar elevul se duce și transmite doar prima parte a mesajului („mâine nu mai facem lecția"), uitând din „întâmplare" pe a doua, este clar că activitatea respectivă nu se va desfășura deloc. În acest caz, are loc o *filtrare a informațiilor*, adică transmiterea doar a unora dintre ele și reținerea altora.

Alte fenomene de perturbare a comunicării sunt:

- *blocajul ei* (imposibilitatea de a comunica): amintiți-vă cum vă blocați uneori când sunteți ascultați la lecții, nemaiputând spune nimic, chiar dacă ați învățat anterior;
- *bruiajul* (deformarea conținutului unui mesaj din cauza gălăgiei: imaginați-vă ce se poate întâmpla când unui muncitor i se spune „crește temperatura în instalație cu 2 grade" iar el, din cauza zgomotului, înțelege cu „9 grade" și procedează ca atare);
- *distorsiunea informațiilor* (deformarea neintenționată a mesajului, îndeosebi atunci când el trebuie să parcurgă mai multe verigi: gândiți-vă la celebrul „telefon fără fir" jucat în copilărie).

În asemenea situații, controlul comunicării în vederea eliminării acestor perturbări devine extrem de necesar.

Puteți da exemple de efecte perturbatoare ale comunicării din activitățile voastre curente de elevi?

În sfârșit, o altă nevoie pe care o resimt oamenii este aceea de a se simți agreați de alții, de a se simți bine în compania lor, de a li se împărtăși emoțiile și sentimentele. Această nevoie dă naștere unui nou tip de relații interpersonale, și anume **relațiilor afectiv-simpatetice** care nu sunt altceva decât relațiile de simpatie sau de antipatie dintre oameni, de preferință sau de respingere afectivă. Ele dispun de sensuri diferite, putând fi unilaterale (neîmpărtășite) sau reciproce (împărtășite). Relațiile de simpatie dintre oameni sunt, de regulă, tonifiante, cu efecte pozitive, în timp ce cele de antipatie duc la efec-te negative, creează climate tensionale, greu de suportat. Nu este exclus însă, ca simpatia exagerată să ducă la subiectivism exagerat, pe când antipatia moderată să inducă stări de emulație, de diferențiere


Relații afectiv-simpatetice

mai clară a personalităților, tocmai prin opoziție.

Un alt criteriu care poate fi folosit în clasificarea relațiilor interpersonale, îl reprezintă *latura lor procesuală, dinamică*. Ori, din acest punct de vedere, întâlnim relații care presupun acțiunea mutuală a partenerilor, pun în funcțiune aproximativ aceleași mecanisme, fără ca aceasta să conducă la modificarea particularităților personale ale partenerilor. În această categorie intră relațiile:

- de *cooperare* (bazate pe coordonarea eforturilor în vederea realizării unui obiectiv comun);
- de *competiție* (bazate pe rivalitatea partenerilor în atingerea unei ținte indivizibile);
- *de conflict*, (ce au ca suport opoziția mutuală raportată la un scop indivizibil).



Ilustrați cele trei tipuri de relații cu exemple din activitatea voastră școlară.

Din același punct de vedere, există și relații care presupun acțiunea mutuală a partenerilor soldată în timp cu modificarea caracteristicilor personale ale acestora. Ele sunt relațiile de:

- *acomodare* (când partenerii se obișnuiesc, se ajustează unul cu altul);
- *asimilare* (are loc o fuziune, un transfer reciproc de gusturi, mentalități, partenerii gândind și comportându-se aproximativ la fel);
- *stratificare* (ierarhizarea partenerilor în funcție de statutele pe care le dețin);
- *alienare* (echivalentă cu fuga, îndepărtarea de celălalt, ruperea relațiilor).

Dacă ne-am gândi la evoluția unui cuplu de tineri care trec de la prietenie la dragoste, apoi la căsătorie, pentru ca în final să ajungă la divorț, vom avea imaginea clară a acestor relații.

Forme complexe și delicate de relații interpersonale care le înglobează aproape pe toate celelalte sunt prietenia și dragostea. Ambele sunt bazate pe libera alegere și afectivitate, și nu pe constrângeri sociale sau pe calcule raționale meschine. Încrederea și prețuirea mutuală sunt „ingredientele" esențiale ale prieteniei și dragostei.



Un cercetător american a pus următoarea întrebare:

Ce considerați mai important în prietenie?

Și a obținut o multitudine de răspunsuri.

Dacă această întrebare v-ar fi pusă și vouă, ce ați răspunde la ea?

Un psiholog englez, R. Sternberg, a propus un model triunghiular al dragostei. În vârful triunghiului, el a plasat trei dimensiuni ale dragostei, și anume:

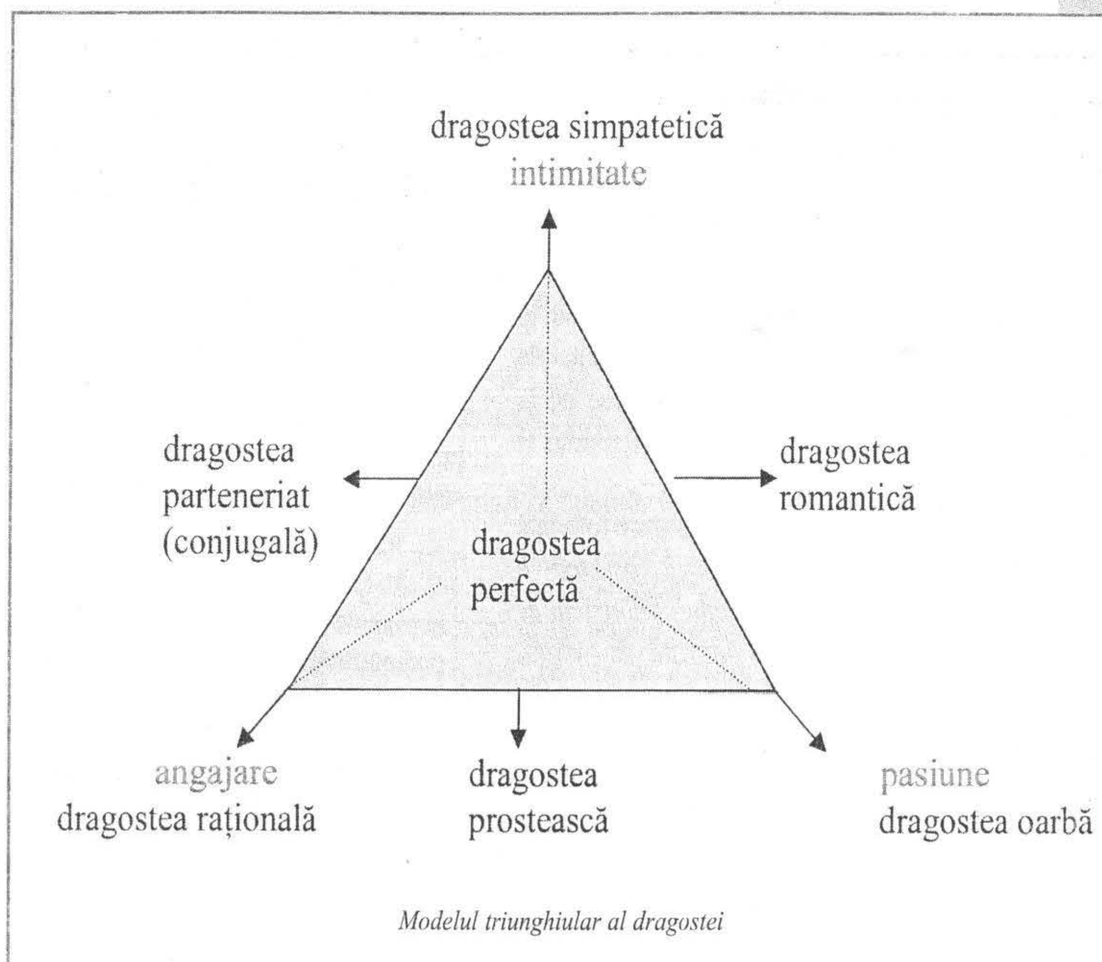
- *intimitatea* (apropierea dintre parteneri, sudura sufletească, înțelegerea reciprocă, măsura în care unul îl valorizează pe celălalt și contează pe el);
- *angajarea* (decizia de a rămâne implicat în relație);
- *pasiunea* (atracția psihică și fizică/sexuală dintre parteneri).

Pornind de aici, el a stabilit trei tipuri de dragoste corespunzătoare fiecărei dimensiuni, alte trei care apar la intersecția a două dimensiuni, în sfârșit, un tip care deține toate dimensiunile. Aceste tipuri sunt:

- *dragostea simpatetică* este cea în care partenerii manifestă căldură, apropiere, dorința de a ajuta, preocuparea față de bunăstarea și fericirea partenerului (fără pasiune) și angajare pe termen lung;
- *dragostea „oarbă", pasională* este, după cum se exprimă doi autori, „un amestec confuz de dorințe și atracție sexuală, exaltare și durere, anxietate și destindere, altruism și gelozie" (neînsoțită de intimitate și angajare, ceea ce face ca să apară repede, dar să și dispară la fel de repede);
- *dragostea „rațională"* presupune angajare și decizie rațională, fără intimitate și pasiune,

este mai mult un fel de „contract" între parteneri, stă la baza căsătoriilor din interes.

Celelalte tipuri sunt „amestecuri" fie între două dimensiuni, fie între toate trei. Dragostea perfectă este cea la care mulți aspiră, dar puțini ajung, ea este greu de menținut, chiar dacă la un moment dat se ajunge la ea. Acest model triunghiular al dragostei este redat în schema următoare:



Modelul triunghiular al dragostei

2.3. Locul și rolul relațiilor interpersonale în structura personalității

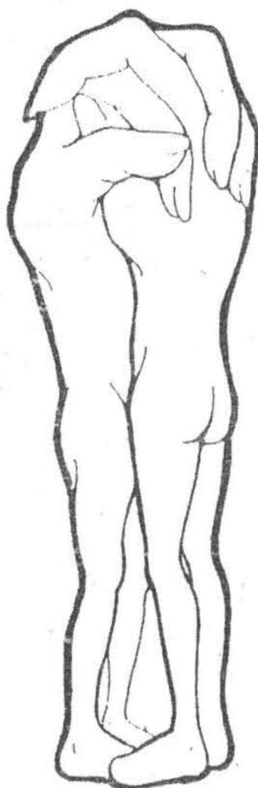
Relațiile interpersonale reprezintă *cadrul, contextul de plămădire și formare, ca și de cristalizare treptată a însușirilor de personalitate*, care nu sunt altceva decât relații interumane interiorizate. Din acest punct de vedere, relațiile constituie nu doar conținutul personalității, ci și esența ei. Personalitatea va fi în ultimă instanță oglinda și expresia planului relațional. Un copil care trăiește într-un mediu familial organizat, structurat, valorizat pozitiv, cu influențe educative are toate șansele să își formeze o personalitate autentică, echilibrată, valoroasă. Dimpotrivă, un altul care trăiește într-un mediu relațional viciat, imoral, cu influențe nocive își va forma o personalitate fragilă, cu trăsături instabile, cu dificultăți de adaptare și cu frecvente devieri spre conduite infracționale. Dat fiind faptul că de valoarea relațiilor depinde valoarea personalității este necesar să se manifeste o grijă deosebită pentru asigurarea unui climat relațional pozitiv, favorabil.

Relațiile interpersonale constituie *o puternică sursă mobilizatoare și dinamizatoare a întregii vieți psihice a individului.* Astfel, relațiile interpersonale:

- pun în mişcare procesele psihice ale omului (îl „forţează" să perceapă, să comunice, să se exteriorizeze afectiv şi comportamental);
- dau naştere la diferite stări psihice (de satisfacţie sau insatisfacţie, certitudine sau incertitudine etc.);
- permit formarea şi manifestarea unor însuşiri psihice (în ele ne exprimăm opiniile şi atitudinile).

Bogata lume lăuntrică a persoanei umane este profund *mişcată şi dinamizată* de relaţiile interpersonale (câte gânduri nu-i trec prin cap unui îndrăgostit când îi întârzie prietena la întâlnire, cât de repede le uită pe toate de îndată ce i-a sosit iubita, ce iute trece de la starea de mohoreală la cea de exuberanţă şi veselie).

Relaţiile interpersonale constituie totodată *„locul" unde întreaga viaţă psihică a individului, întreaga sa lume lăuntrică se „varsă", „curge", se manifestă în relaţii, individul dezvăluindu-se mai complet, adecvat şi integral decât în singurătate.*


EU + TU = NOI

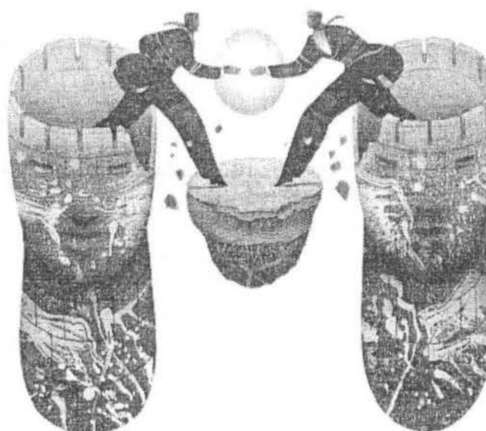
Relaţiile interpersonale fac posibil ca EU + TU să fie egal cu NOI.

Se degajă faptul că relaţiile interpersonale ocupă un loc central în structura personalităţii. De aceea este necesar ca diferitele sisteme şi subsisteme ale societăţii (familia, şcoala etc.) să militeze pentru formarea unor orientări şi atitudini corecte, lucide, controlate faţă de sine şi faţă de alţii, bazate pe încredere reciprocă, pe echitate, egalitate în drepturi, pe respectul libertăţii şi demnităţii umane.

Din cele de mai sus nu trebuie să înţelegem că doar relaţiile interpersonale influenţează personalitatea. Există şi influenţe de la personalitate înspre relaţii. Personalitatea, dacă este în linii mari cristalizată, cu atât mai mult dacă este bine formată, în virtutea unora dintre însuşirile ei dă naştere, *îşi apropie, selectează anumite relaţii, iar pe altele le evită sau le respinge, pe unele le acceptă, promovează, dezvoltă şi amplifică, pe altele le anulează.* Persoanele flexibile, sensibile la schimbări stabilesc uşor contacte interpersonale, se adaptează rapid la situaţiile noi în timp ce persoanele rigide, dogmatice, închistate, orientate excesiv spre propria lor persoană sunt aproape incapabile să stabilească şi să întreţină relaţii normale.

Daţi exemple din experienţa voastră personală prin care să arătaţi cum anumite personalităţi au schimbat ceva în jurul lor (în bine sau în rău).

Cei incapabili de a înţelege trăirile semenilor, de a se acomoda la ele se închid în sine, cad într-o stare de autonemulţumire, îi transformă pe alţii în simple instrumente în vederea satisfacerii trebuinţelor personale, devin „tirani". Numai interinfluenţarea reciprocă dintre relaţii şi personalitate asigură atât formarea personalităţii, cât şi acţiunea ei adecvată în diferite contexte sociale.


Influenţarea reciprocă

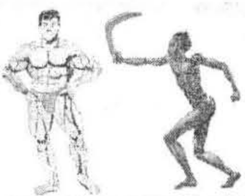
APLICAŢII

1. Rugaţi diverse persoane mai puţin cunoscute, să vă povestească ce au făcut în ziua anterioară. Veţi vedea că unele au o mare capacitate de exteriorizare, fiind extrem de transparente, în timp ce altele se exteriorizează greu fiind opace.
Ce concluzii trageţi din acest exerciţiu cu privire la relaţiile de intercunoaştere?

2. Alegeţi (sau elaboraţi) un text de aproximativ 10-15 rânduri. Citiţi textul unei persoane până când aceasta declară că l-a reţinut. Rugaţi, apoi, persoana respectivă să-l transmită (din memorie) unei alte persoane. Procedaţi la fel până când textul a trecut prin 10 verigi. Notaţi de fiecare dată conţinutul mesajului transmis.
Ce informaţii s-au conservat? Care au fost omise? Ce noi informaţii au fost introduse? Care au fost denaturate? La ce verigă a lanţului au intervenit cele mai grave degradări ale mesajului?
Ce concluzii reţineţi referitor la relaţiile de intercomunicare?

3. Relaţiile afectiv-simpatetice (de atracţie interpersonală) dintre oameni sunt influenţate de unii factori cum ar fi: proximitatea (apropierea) fizică şi psihică; familiaritatea; contactul repetat; nevoia de afiliere (de cât mai multe contacte sociale); nevoia de intimitate (de relaţii calde şi apropiate); anticiparea unor eventuale „beneficii“ sau „costuri“ etc.
Analizaţi propriile voastre relaţii afectiv-simpatetice şi arătaţi în ce măsură ele au fost influenţate de factorii de mai sus.
Pornind şi de la rezultatele celorlalţi colegi, puteţi formula câteva generalizări?

4. Ce asemănări şi ce deosebiri credeţi că există între prietenie, preţuire, simpatie, dragoste?
Dacă nu puteţi răspunde singuri, întreprindeţi o „micro-cercetare“ întrebându-i pe alţii.
Sistematizaţi şi analizaţi răspunsurile primite.



3. Imaginea de sine și de altul: rolul lor în dinamica personalității

Am văzut că viața psihică umană înțeleasă ca sistem se caracterizează prin capacitatea de a întreține relații informaționale atât cu lumea, cât și cu sine și, astfel, își dezvoltă în interacțiune permanentă o conștiință a lumii și o conștiință de sine. Aceasta din urmă care se focalizează pe Eu și pe manifestările sale.

În strânsă interdependență cu dezvoltarea și funcționarea sistemului psihic uman și a nucleului său stabil – personalitatea, se dezvoltă și Eul.

Eul este nucleul integrativ, de coordonare și autoreglare a personalității.

3.1.Eul și imaginea de sine

Eul îndeplinește funcții de integrare și coordonare nu numai în planul relațiilor cu ambianța, ci și în raport cu sine. Aceste funcții ale Eului se dezvoltă treptat. În jurul a doi ani și jumătate, trei ani se achiziționează o adevărată experiență a afirmării Eului în înfruntarea cu cerințele adultului și în modelarea răspunsurilor copilului. Astfel, el începe să reacționeze invers decât vor părinții și parcă îi sfidează dinadins: plânge să i se dea un obiect și apoi după ce îl primește îl aruncă (P. Osterrieth). Copilul vrea să acționeze singur, să facă ceva singur sau să nu manifeste un anumit comportament. El spune mereu „eu, eu" sau „ eu singur" (H. Wallon). „Această dorință de a acționa prin sine traduce încercarea copilului de a descoperi puterile Eului, de a cunoaște limitele acestor puteri..."(P. Osterrieth). La fel se prezintă cazul unui băiețel care nu împlinise încă trei ani și care traversa zilnic strada, mergea la bunica sa pentru a-i spune „Bunicuțo, nu vreau", fără a lega acest comportament de o situație reală, ci doar de a reîntări afirmarea Eului (G. W. Allport). De aceea se apreciază că nevoia de autonomie este semnul principal al Eului. El are componente cognitive, afective, voluntare și ajunge să se cunoască pe sine și să se autodirijeze și autoorganizeze. El se poate manifesta într-o dublă ipostază: ca **Eu pasiv**, conținând ca atare mecanismele la care m-am referit, și ca **Eu activ**, adică cel ce tinde să se autocunoască. Eul își poate forma despre sine o imagine care este solidară cu el, dar nu se identifică întru totul cu acesta. Multe dintre mecanismele Eului se pot conștientiza și exprima în conținutul imaginii de sine, dar altele rămân inconștiente, integrând și condensând în mod automat manifestările personalității.

Conștiința de sine și apoi cunoașterea de sine, desfășurându-se pe lungi perioade de timp, conduc la cristalizarea imaginii de sine care poate fi definită astfel:

Imaginea de sine este unificarea într-o totalitate a rezultatelor autocunoașterii, a relaționării cu alții și a trăirii evenimentelor autobiografice semnificative care au relevat calitățile și defectele pe care le are fiecare cu privire la Eul fizic sau material, Eul spiritual și cel social.



Cunoașterea de sine

Prin urmare din punctul de vedere a conținutului său, imaginea de sine cuprinde rezultatele cumulate ale percepțiilor de sine (dintre acestea cea mai importantă este

perceperea în oglindă), ale reprezentărilor asupra propriei fiinţe, ale formulării verbale a diverselor însuşiri pozitive sau negative constatate în mod repetat, acceptate şi asumate.

Acest conţinut este rezultatul unui proces de durată, de reţinere, selecţie, respingere, păstrare şi confirmare, organizare şi structurare a unui mare volum de informaţii despre sine şi despre maniera noastră de a relaţiona cu alţii. O cercetătoare americană (Susan Harter) a consemnat confesiunea unei adolescente cu privire la acest proces de cristalizare a imaginii de sine, adesea confuz, contradictoriu, dezamăgitor sau din contră generator de satisfacţii. Iată ce a scris adolescenta: „Cum sunt eu ca persoană? Complicată. Sunt sensibilă, prietenoasă, populară şi tolerantă, deşi pot fi şi timidă, nervoasă şi nesuferită. Nesuferită! Mi-ar plăcea să fiu prietenoasă şi tolerantă tot timpul. Acesta este felul de persoană care aş vrea să fiu şi sunt dezamăgită când nu sunt. Sunt responsabilă, chiar studioasă din când în când, dar pe de altă parte mă şi prostesc, deoarece dacă eşti prea serios nu poţi fi prea popular. De obicei nu sunt foarte bună la şcoală. Sunt o persoană destul de veselă, în special cu prietenii mei, cu care pot fi şi zgomotoasă. Acasă este posibil să devin mai anxioasă în preajma părinţilor. Ei se aşteaptă ca eu să obţin tot timpul note maxime. Nu este corect! Mă preocupă modul în care ar trebui să iau note mai mari, dar probabil aş fi considerată „tocilară" în ochii prietenilor mei" (L.Steinberg).

Imaginea de sine ajunge să cuprindă cunoştinţe despre valori şi credinţe, motivaţii şi aspiraţii, trăsături ale personalităţii noastre, acceptări şi respingeri din partea celorlalţi, ce capacităţi avem şi ce ne lipseşte, ce succese am obţinut şi ce eşecuri, ce posedăm spiritual şi material. Conţinuturile imaginii de sine se referă la întreaga noastră fiinţă şi, totodată, la acele caracteristici prin care ne deosebim de alţii şi pe care le raportăm la Eul nostru deosebit de „tu" şi „el".

Dar imaginea de sine este şi o construcţie socială, pentru că fără oglindirea în altul, fără compararea cu ceilalţi, fără receptarea reacţiilor altora faţă de noi, nu reuşim să ne clarificăm şi să ne verificăm constatările directe referitoare la propria persoană. Sunt autori (G.H. Mead) care consideră că începuturile Eului se află în mare măsură în atitudinile, cuvintele, gesturile celorlalţi pe care fiecare le percepe, le imită şi cărora le răspunde. De aceea este important pentru formarea imaginii de sine să interacţionăm cu persoane care au atitudini favorabile faţă de noi, sunt receptive la ce reprezentăm noi, ne acceptă, ne stimulează, ne încurajează. O evoluţie bună a imaginii de sine este influenţată de părinţi iubitori şi disponibili, de prieteni adevăraţi, de profesori care ne preţuiesc şi ne încurajează.

> Identificaţi acele persoane cu care aţi interacţionat şi care au avut o importantă şi pozitivă influenţă în cristalizarea propriei imagini de sine.

De altfel, imaginea de sine implică, aşa cum rezultă şi din definiţie, trei planuri interdependente:

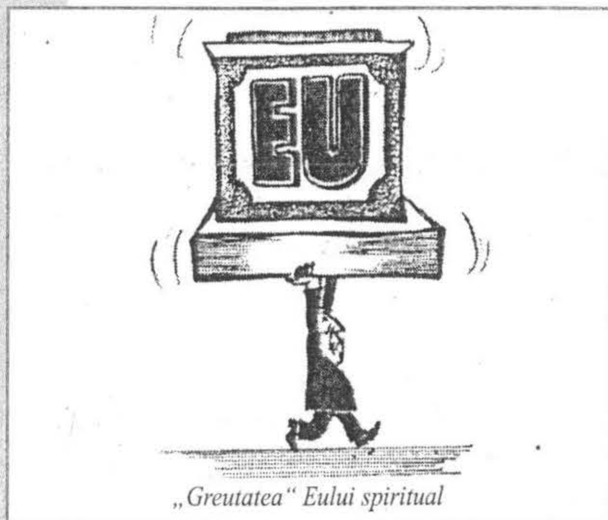
- Eul fizic,
- Eul psihic sau spiritual,
- Eul social.

Eul fizic se referă la particularităţi cum ar fi: tipul somatic, relaţia dintre statură şi greutate, culoarea părului şi a ochilor, particularităţi fizionomice, etc. Psihologul american William James foloseşte şi expresia de **Eu material** în care include Eul fizic şi tot ce este de ordin material şi care este legat de respectiva persoană, cum ar fi: îmbrăcămintea, casa, alte proprietăţi despre care se spune „este al meu". De aceea fiecare este sensibil la aprecierile celorlalţi cu privire la ce este al său şi dacă *îl pierde sau îi este furat, se simte puternic frustrat.*

> Relevaţi trăsăturile dominante ale Eului vostru fizic.

Eul spiritual se refera la valori, dorinţe, aspiraţii, însuşiri caracteriale şi temperamentale, aptitudini şi talente, atitudini şi concepţii. El este rezultatul autoreflecţiei,

al receptării aprecierilor altora, al comsemnării reuşitelor şi nereuşitelor în diferite activităţi etc.



„Greutatea" Eului spiritual



Notaţi pe o foaie cinci calităţi şi cinci defecte care se găsesc în conţinutul imaginii voastre de sine şi consultaţi apoi 2-3 prieteni în privinţa existenţei şi a intensităţii lor.

Eul social cuprinde acele calităţi care se dezvoltă în contextul relaţiilor şi activităţilor cu alţii, cum ar fi locul ocupat în grupul clasei sau în cel al prietenilor, reputaţia şi preţuirea celorlalţi, asumarea şi realizarea statutului şi rolurilor etc.



Prezentaţi conţinutul Eului social propriu şi găsiţi explicaţia respectivelor însuşiri.

Eul social cuprinde şi totalitatea părerilor şi impresiilor pe care cineva şi le face despre ceilalţi.

Eul cuprinde atât calităţi cât şi defecte şi satisface sau dezamăgeşte persoana respectivă. Iată ce notează o adolescentă:„ Cât de mult îmi place tipul de persoană care sunt? Ei bine, îmi plac unele lucruri la mine, dar altele nu. Mă bucur că sunt populară devreme ce este foarte important pentru mine să am prieteni. Dar la şcoală nu am rezultate bune, asemenea copiilor cu adevărat deştepţi" (L. Steinberg).

Cristalizarea iniţială a imaginii de sine se realizează între 6 şi 8 ani, dar organizarea ei deplină se înregistrează în preadolescenţă şi mai ales în adolescenţă şi va persista apoi tot restul vieţii.

3.2.Conceptul de sine şi stima de sine

Începând cu preadolescenţa, se formează **conceptul de sine** care cuprinde ideile, judecăţile, evaluările cu privire la propria fiinţă, organizate într-un întreg coerent şi logic, astfel încât cu ajutorul lui persoana se înţelege mai bine pe sine şi îşi poate explica manifestările în circumstanţe diverse. Sprijinindu-se pe conceptul de sine, un adolescent poate spune: „...sunt timid când întâlnesc oameni prima dată, dar după ce îi cunosc, devin destul de prietenos". În adolescenţă, conceptul de sine este mai abstract şi mai cuprinzător (L. Steinberg). O cale importantă de cunoaştere a conceptului de sine este completarea chestionarului „Cine sunt eu".



Scrieţi pe o foaie 15 începuturi de fraze cu „Eu sunt..." şi completaţi-le cât mai liber, aşa cum vă vin în minte. Grupaţi răspunsurile după referirea lor la Eul fizic, psihic, social.

Conceptul de sine împreună cu imaginea de sine alcătuiesc latura cognitivă a reflectării propriului Eu.

Stima de sine este componenta afectiv-evaluativă şi motivaţională a cunoaşterii Eului. Ea a fost definită astfel:

Stima de sine este atitudinea pozitivă sau negativă a subiectului faţă de propria fiinţă şi modul de a se simţi capabil, important, valoros.

Ea nu se identifică doar cu un sentiment sau altul faţă de sine, care este de regulă legat de o situaţie particulară şi poate uşor oscila între pozitiv şi negativ. Stima de sine este relativ constantă. Cercetările aprofundate au arătat că, de fapt, ea include o parte stabilă şi o alta care se modifică în timpul unor perioade dificile de viaţă în cazul unor serii de insuccese etc. Totodată, cele trei Euri sunt legate de o stimă de sine nuanţată astfel că cineva poate avea un nivel ridicat al acesteia cu privire la Eul spiritual, dar unul scăzut în

legătură cu Eul fizic, şi aceste decalaje vor nuanţa atitudinile şi angajările celui în cauză. El va tinde să caute ocaziile care îi conservă stima şi respectul de sine şi va evita toate situaţiile opuse.



Exprimaţi în câteva fraze stima de sine caracteristică vouă, ghidându-vă după definiţia dată.

Imaginea de sine, conceptul de sine şi stima de sine formează în general o unitate şi au o foarte mare importanţă în viaţa omului, în manifestarea şi dezvoltarea personalităţii sale, în iniţierea, realizarea şi dezvoltarea relaţiilor cu grupul. Astfel:

- o imagine de sine cât mai apropiată de particularităţile reale ale Eului este un factor de optimizare în activităţi şi relaţii, asigură un tonus ridicat pentru activitatea psihică, securizează persoana în faţa unor insuccese circumstanţiale, este un stimul important al dezvoltării personalităţii;
- un concept de sine clar este o condiţie a angajării în sarcini majore fără teama de eşec şi o premisă foarte bună a elaborării proiectului de dezvoltare proprie;
- stima de sine ridicată şi constantă este un factor securizant în situaţii dificile, când poate să apară îndoiala cu privire la unele calităţi constatate altă dată sau chiar panica în faţa descoperirii unor defecte. Stima de sine oscilează în genere în trecerea de la preadolescenţă la adolescenţă şi generează anxietate şi iritabilitate crescută, dificultăţi de relaţionare cu grupurile. Creşterea ei în adolescenţă asigură echilibrarea dintre indivizi şi grupuri, susţine iniţiativele din cadrul clasei, întăreşte statutul şi favorizează îndeplinirea rolurilor. Există o tendinţă generală a oamenilor de a-şi proteja stima de sine prin a căuta toate circumstanţele de menţinere şi confirmare a ei şi de a le evita pe cele care produc scăderea ei şi disconfortul afectiv care o însoţeşte.



Identificaţi în trecutul vostru momente şi cauze care au făcut să scadă stima de sine şi amintiţi-vă cum aţi trecut peste acele perioade.

3.3. Autoprezentarea şi autodezvăluirea

Având în vedere câmpul relaţiilor interpersonale în care este implicat Eul fiecăruia, psihologia socială a identificat o altă formă de manifestare şi anume **autoprezentarea**.

Autoprezentarea este maniera sau strategia pe care o foloseşte cineva pentru a dezvolta la ceilalţi impresii pozitive şi atitudini de acceptare şi preţuire faţă de sine.

Autoprezentarea presupune autosupravegherea comportamentului propriu şi adaptarea lui la modelele, cerinţele şi aşteptările celorlalţi, exercitarea rolurilor în conformitate cu normele sociale şi de evitare, respingere a ceea ce este neacceptat şi respins de persoane şi grupuri. Această manifestare a Eului este benefică pentru adaptarea şi integrarea în societate, numai dacă este călăuzită de adevăr şi de intenţia de a prezenta celorlalţi ceea ce este într-adevăr relevant şi important despre propria fiinţă. În aceste condiţii, autoprezentarea optimă a cuiva poate stimula acceptarea şi receptarea din partea celorlalţi, poate atrage ajutorul lor, poate uşura manifestarea activă şi pozitivă a sa în orice situaţii.. Autoprezentarea falsă are efecte exact contrare şi duce la izolarea de către grup şi la respingerea puternică a celui ce apelează la aşa ceva. Autoprezentarea este o abilitate ce trebuie formată şi corect orientată.



Elaboraţi în scris o autoprezentare. Cereţi câtorva prieteni să evalueze gradul de corespondenţă cu particularităţile reale ale propriei personalităţi.

În acelaşi context al interrelaţiilor cu ceilalţi, se elaborează nu doar imaginea, conceptul şi stima de sine, ci şi **imaginea sau percepţia celuilalt despre noi înşine**. Aceasta se află la baza multor atitudini ale acestuia faţă de noi, susţine apropierea şi disponibilitatea lui de a comunica şi interacţiona cu noi. Mai mult chiar, expunerea într-o formă sau alta (verbală sau prin acţiuni) a percepţiei celuilalt despre noi poate induce schimbări în propria imagine de sine. Însă aceste modificări depind de:

- cum este punctul de vedere a celuilalt rezultat din felul în care ne percepe și cât de apropiată este percepția lui de ceea ce ne este propriu;
- punctul de vedere a Eului propriu față de părerea și perceperea de către celălalt a noastră. Așa se explică de ce adolescenții nu sunt suficient de receptivi la percepția părinților despre ei înșiși pentru că îi cred subiectivi datorită faptului că îi iubesc prea mult sau prea puțin.



Notați care credeți că este imaginea pe care o are profesorul diriginte despre personalitatea voastră, apoi profesorii de la disciplinele unde aveți cele mai mari succese și la cei la care aveți rezultate mai slabe.

Rugați dirigintele să precizeze gradul de apropiere față de felul cum vă percepe el cu adevarat.

Pe de altă parte, inițierea și desfășurarea interacțiunilor și a interrelațiilor cu ceilalți sunt influențate și de **percepția noastră asupra altuia sau asupra grupului întreg.** Calitatea acestei percepții, adică gradul de completitudine, corectitudine și interpretările pe care le implică, devine factor intern subiectiv care mediază raporturile noastre cu celălalt. Totodată, percepția asupra celuilalt se poate dezvolta și perfecta în timp.

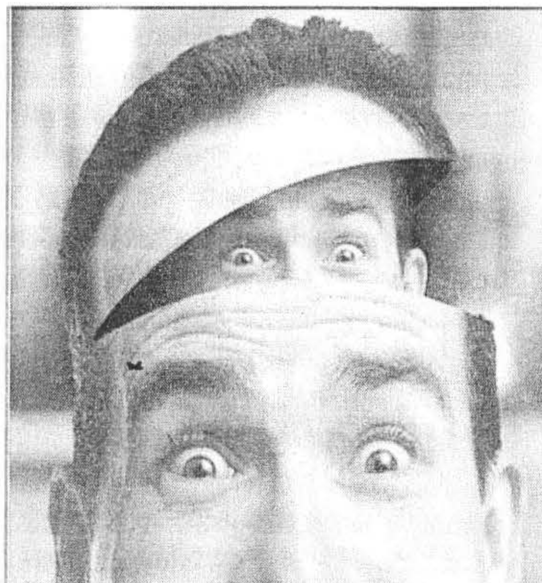
Dar percepția de altul nu este un act psihic simplu ca cel ce se referă la un obiect. Ea implică informație perceptivă referitoare la fizionomia și aliura celuilalt, la acțiunile și gesturile pe care le desfășoară, ce și cum comunică, dar toate acestea sunt repede subordonate conceptelor și sunt integrate mecanismelor cognitive de nivel superior care permit „citirea comportamentelor altuia", adică dezvăluirea în spatele acestora a caracteristicilor Eului celuilalt.

Percepția celuilalt depinde pe de o parte de abilitățile cognitive de care dispunem, de pregătirea pentru a cunoaște oamenii, de capacitățile noastre empatice, dar și de gradul de dezvăluire a celuilalt.

Autodezvaluirea constă în comunicarea de către o persoană a unor informații mai mult sau mai puțin intime despre ea însăși.

Dar autodezvăluirea nu se realizează față de orice interlocutor. Ea presupune o relație temeinică și profundă cu acesta și încredere în cel ce primește astfel de informații.

Prin acest proces cineva ne poate comunica date importante despre sine, corespunzând realității ființei sale, dar care să fie relativ restrânse și să se refere fie la persoana sa, fie la relațiile sale cu alții. Prin urmare, un astfel de factor poate apare sau nu în sprijinirea percepției asupra altuia.



Autodezvăluirea

Cu cât realizăm o mai corectă percepție a altuia, cu atât reușim să stabilim relații bune de comunicare și de coacțiune cu acesta și să asigurăm o adaptare reciprocă benefică pentru fiecare. Perceperea corectă a altuia ne oferă posibilitatea de a ne compara cu acesta, de a obține noi repere pentru a clarifica propria imagine de sine și de a releva ceea ce ar putea fi călăuzitor pentru propria devenire.

Prin urmare, atât imaginea de sine și percepția socială a acesteia, cât și perceperea altuia sau a altora cu care stabilim interacțiuni reprezintă factori interni subiectivi de mare importanță atât pentru adaptarea noastră socială, cât și pentru dezvoltarea propriei noastre personalități.

APLICAȚII

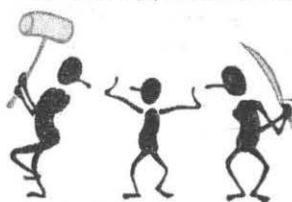
Se utilizează **Scala Rosenberg a stimei de sine**, obținându-se răspunsuri de la fiecare elev pentru cei 10 itemi. Se convertesc în puncte astfel:

- dezacord puternic – 0 puncte;
- dezacord moderat – 1 punct;
- acord moderat – 2 puncte;
- acord puternic – 3 puncte.

Se adună punctele și se obțin scoruri finale care se ordonează începând cu cele mai mari.

Se stabilesc trei intervale de evaluare: stimă de sine ridicată, stimă de sine medie, stimă de sine scăzută și se încearcă identificarea factorilor care contribuie la atingerea fiecărui nivel.

	Afirmații	**Exprimarea acordului**			
		Acord puternic	**Acord moderat**	**Dezacord puternic**	**Dezacord moderat**
1.	În general sunt satisfăcut de mine însumi.				
2.	Câteodată mă gândesc că nu sunt bun de nimic.				
3.	Cred totuși că am un număr de calități.				
4.	Sunt capabil să fac lucrurile la fel de bine ca mulți dintre cei din jurul meu.				
5.	Simt că nu am prea multe motive să fiu mândru.				
6.	Am certitudinea uneori că sunt inutil.				
7.	Consider că sunt o persoană de încredere cel puțin la fel ca ceilalți.				
8.	Aș dori să pot avea mai mult respect pentru mine însumi.				
9.	După tot ce mi se întâmplă, cred că sunt ghinionist.				
10.	Am mereu o atitudine pozitivă față de mine.				



4. Atitudinile și comportamentele pro- și antisociale

*Fiecare om se află în relație cu alți oameni adoptând multiple atitudini și acte comportamentale în raport cu aceștia. Fiecare act comportamental are o serie de consecințe care pot fi pozitive („X" îl ajută, îi face un bine lui „Y") sau dimpotrivă negative („A" îl rănește, îl umilește, îi face un rău lui „B"). În primul caz, vorbim despre **atitudini și comportamente prosociale,** iar în al doilea caz despre **atitudini și comportamente antisociale.***

4.1. Atitudini și comportamente

Atitudinile sunt formațiuni sau structuri psihice relativ stabile ce condiționează și determină opiniile și comportamentele.

Sunt **dispoziții latente** ale omului de a răspunde sau acționa în maniere diverse la stimulările mediului natural sau social. Ele *preced* percepția, acțiunea, judecata fiind considerate de aceea ca *pre*-percepții, *pre*-acțiune, *pre*-judecăți. Au mai fost denumite și *variabile ascunse* care pot fi reactualizate numai dacă luăm în considerare comportamentele particulare. Astfel, se poate constata legătură foarte strânsă care există între atitudini și comportamente.



*Chiar dacă între cele două variabile nu există o relație directă, univocă, existența acesteia nu poate fi negată. Atitudinea determină comportamentul, iar comportamentul la rândul lui determină atitudinea. Pornind de la o atitudine, putem deduce cu o anumită probabilitate comportamentul sau invers. Este mai probabil ca o persoană care are atitudini prosociale să manifeste comportamente de ajutorare. La fel de probabil este ca unele comportamente agresive ale oamenilor să se asocieze și să fie susținute de atitudini antisociale. Alături de **convergența** dintre atitudini și comportament întâlnim și **divergența** dintre ele. O persoană care are o atitudine negativă față de alta ar putea să-i sară în ajutor într-o situație oarecare. Se degajă de aici faptul că relația dintre atitudine și comportament este complexă și plurideterminată, ea manifestându-se în funcție de particularitățile situațiilor, de trăsăturile de personalitate, de așa numitul fenomen al dezirabilității sociale (gândim, simțim și ne comportăm cum ne cere grupul sau societatea, nu așa cum am dori noi).*

Din multitudinea atitudinilor și comportamentelor definite și manifestate de oameni, extrem de importante sunt cele din cadrul relațiilor interumane. Prin atitudini oamenii intră în contact unii cu alții, se pun de acord sau se resping reciproc, se armonizează sau intră în conflict, se apără de ei înșiși sau de alții, confirmă, ignoră sau deformează realitatea, își exteriorizează și își fac cunoscute valorile. Psihologii vorbesc despre funcția de **ajustare, apărare, expresie,** *cunoaștere* și **caracterizare** a atitudinilor.

Atitudinile nu sunt înnăscute, formându-se ca rezultat al influențelor dinspre mediu asupra persoanei (la început dinspre mediul familial și apoi dinspre mediul social mai larg). Principalele modalități de formare sunt:

- *experiența individuală cu obiectul social*;
- *imitarea de modele* (modelarea).

Deoarece atitudinile oferă oamenilor posibilitatea de a-și anticipa reciproc comportamentele, ele au fost măsurate pentru: a fi cunoscute, formate și schimbate, a li se asigura o mare operaționalitate și valoare socială.

În schimbarea atitudinilor se recurge la o multitudine de metode și tehnici. Iată câteva dintre ele: schimbarea situației, schimbarea semnificației situației; sugestia ca formă de influențare unidirecțională prin argumente de ordin afectiv; persuasiunea ca formă de influențare bilaterală prin argumente logice, demonstrații raționale; strategia de argumentare ce se referă la ordinea prezentării argumnetelor „tari" și „slabe" etc.



Când este mai bine să fie prezentate argumentele „tari", la începutul sau la sfârșitul discursului?

Schimbarea atitudinilor nu are o finalitate în sine, ci numai în raport cu ceea ce trebuie pus în locul atitudinilor dislocate sau înlăturate. Dezirabil ar fi înlocuirea atitudinilor și comportamentelor antisociale/agresive cu atitudinile și comportamentele prosociale/de ajutorare).

4.2. Comportamentul de ajutorare

Comportamentul de ajutorare este actul sau actele comportamentale intenționate făcute în folosul altor persoane în afara serviciului și fără așteptarea unor recompense.



Maica Tereza, exemplu de comportament de ajutorare

Ajutăm pe cineva mai în vârstă să treacă strada, dăm bani unui copil bolnav, găzduim pe cineva fără locuință, oferim din hainele noastre celor care sunt sinistrați etc. Desigur, nu toți reacționăm exact la fel în fața celor ce solicită ajutor.



Prin urmare, condițiile restrictive pentru ca un comportament să fie considerat a fi prosocial (de ajutorare) sunt:

- *actele comportamentale să fie săvârșite intenționat;*
- *ele să fie făcute în folosul altei persoane;*
- *să nu se aștepte recompense.*

Numai dacă sunt întrunite toate aceste condiții, putem vorbi de comportament de ajutorare. Astfel, de exemplu, în cazurile următoare, nu putem vorbi despre existența unui asemenea tip de comportament:

- *cineva care întâmplător se află într-un loc și prezența lui împiedică acțiunile unor răufăcători;*
- *persoana care afirmă că ajută pe mulți alții, dar asemenea acte comportamentale intră în sfera obligațiilor de serviciu;*
- *cei care ajută pe alții pentru a fi lăudați, remarcați sau chiar pentru a primi o recompensă materială.*



Alcătuiți și voi o listă cu zece exemple de comportamente de ajutorare și zece exemple de comportamente care nu sunt de ajutorare.

Desigur, cercetătorii și-au pus întrebări privind motivația care stă la baza comportamentului de ajutorare. De ce îi ajutăm pe alții? Răspunsurile sunt însă diferite de aceea teoriile explicative pot fi grupate în felul următor.

a) Teorii sociologice sau **teorii normative**, conform acestor teorii, oamenii oferă ajutor altora respectând, de fapt, cerințele unor norme sociale, cum ar fi:

- *norma reciprocității*; în procesul socializării oamenii învață să se comporte cu ceilalți, așa cum ar dori să se comporte alții față de ei. Deci când cineva te ajută, trebuie să răspunzi în același mod. Cercetările au scos în evidență faptul că norma reciprocității se aplică în special în grupurile și în comunitățile mai mici. Ea este foarte strâns legată de *principiul echității*: în relațiile interumane, fiecare așteaptă să primească beneficii proporțional cu ceea ce a investit.

De asemenea, norma reciprocității se aplică mai frecvent între cei care au statut social-economic similar și între cei care au un nivel ridicat al stimei de sine;

- *norma responsabilității sociale*; oamenii oferă ajutor altora datorită faptului că au învățat să-i ajute pe cei care sunt dependenți de ei. Se acordă ajutor copiilor, bătrânilor, rudelor, prietenilor, vecinilor etc. În acest sens, Berkowitz arată că oamenii se subordonează normei responsabilității sociale nu pentru a fi recompensați, ci pentru că ei se simt satisfăcuți când sunt atinse standardele morale interne. În cazul în care unii nu reușesc să respecte cerințele acestei norme, ei se simt vinovați și plini de tristețe.

b) Teorii biologice, aceste teorii încearcă să explice comportamentul de ajutorare prin factorii genetici. Ființele umane au o predispoziție biologică în a-i ajuta pe alții aflați în situația de a avea nevoie de ajutor.

c) Teoria învățării sociale, conform căreia originile comportamentului de ajutorare se află în procesul de socializare. Deci acest tip de comportament nu este înnăscut, ci este învățat.



Cercetările au scos în evidență o serie de aspecte, precum:

- *probabilitatea adoptării comportamentului de ajutorare este mult mai mare la copiii cărora li se cere să se comporte în manieră altruistă;*
- *comportamentul recompensat are mai mari șanse de a fi repetat; atunci când copiii primesc recompense pentru că au ajutat pe cineva, crește probabilitatea ca ei să procedeze la fel în alte situații;*
- *observarea unui model adult care se comportă altruist îi determină pe copii să se comporte identic;*
- *filmele și emisiunile televizate cu conținut și mesaj prosocial au o influență pozitivă asupra copiilor în sensul că aceștia pot adopta în diferite situații, comportamente similare.*

d) Teorii psihologice, în cadrul cărora se remarcă, mai ales, *teoria cost-beneficiu*, care se bazează pe următoarea teză: oamenii tind să mențină echitatea în relațiile interperso-

nale, pentru că relațiile inechitabile produc disconfort psihic. Prin *cost* se înțelege o gamă largă de factori atât de natură materială, cât și de natură subiectivă: consumarea unor bunuri materiale, cheltuirea unei sume de bani, consumarea timpului, efortul fizic și psihic, durerea, tristețea, pierderea stării de sănătate. Pe de altă parte, *beneficiul* se referă atât la recompensele externe (bani, stima celorlalți, ajutorul reciproc etc.), cât și la recompensele interne (gradul de satisfacție, creșterea stimei de sine, dobândirea sentimentului competenței etc.).



Pentru a se determina gradul de inechitate în relația dintre două persoane, se poate folosi formula:

$$\frac{\text{Ceea ce dă persoana „A“}}{\text{Ceea ce primește persoana „A“}} = \frac{\text{Ceea ce dă persoana „B“}}{\text{Ceea ce primește persoana „B“}}$$

Cu cât se resimte mai puternic inechitatea, cu atât tendința de reinstaurare a echității va fi mai accentuată.

4.3. Factori ce influențează comportamentul de ajutorare

Ei pot fi împărțiți în două categorii.

a) **Factori situaționali**, comportamentul de ajutorare depinde în mare măsură de caracteristicile situației în care se află individul. Este vorba, în special, despre situațiile de urgență, cele care implică un pericol pentru o persoană și care solicită o intervenție imediată. Referitor la acestea, cercetările efectuate au evidențiat că *prezența sau absența celorlalți* influențează în mod decisiv acordarea ajutorului; cel mai frecvent prezența celorlalți constituie un factor care determină amânarea intervenției. În consecință, a fost formulat așa-zisul *efect de trecător* (B. Latané și J. Darley): este mai probabil ca oamenii să acorde ajutor într-o situație de urgență când se află singuri cu cel ce are nevoie de ajutor, decât dacă se află și alții în prezența lor.

Atunci când sunt mai mulți participanți sau observatori se produce o *difuziune a responsabilității* față de situația în care fiind singur un individ realizează că îi revine în întregime responsabilitatea de a acorda ajutorul.

b) **Factori de personalitate**, este vorba pe de o parte despre *stările psihologice tranzitorii* și pe de altă parte despre anumite *trăsături de personalitate*.

Referior la stările psihologice tranzitorii, cercetările au scos în evidență faptul că stările psihologice pozitive (oamenii se simt bine, au o bună dispoziție) sunt mult mai favorabile pentru acordarea ajutorului decât stările psihologice negative (oamenii sunt indispuși, au griji, au probleme etc.).

În ceea ce privește trăsăturile de personalitate, majoritatea autorilor se află în consens în a considera că cel mai mult legată de comportamentul de ajutorare este *competența percepută specifică*. Cei care se simt competenți, adică au sentimentul că pot stăpâni situația, pot acorda ajutor altora. De exemplu, dacă cineva se consideră competent în ceea ce privește mecanica autoturismului, va acorda ajutor celui căruia i s-a oprit motorul în câmp.

4.4. Comportamentul agresiv

Ce este agresivitatea?

Într-un mod mai puțin pretențios, agresivitatea poate fi considerată o caracteristică a acelor forme de comportament orientate în sens distructiv în vederea producerii unor daune fie ele materiale, moral-psihologice sau mixte. Deci actul agresiv poate viza unele obiecte (casă, mașină, mobilă etc.), ființa umană (individul uman izolat, microgrupurile, colectivitatea) sau ambele. Pentru a găsi exemple privind comportamentul agresiv nu este nevoie de eforturi speciale, având în vedere uriașele disponibilități privind mediatizarea. Din nefericire, suntem aproape zilnic martorii diferitelor forme de manifestare a agresivității (războaie, crime, jafuri, tâlhării, violuri, incendieri, distrugeri etc.).


Agresivitate

Pentru a defini mai bine agresivitatea, este necesar să fie operate, mai întâi, unele delimitări conceptuale. Astfel, agresivitatea nu se confundă cu comportamentul antisocial, cum ar fi delincvența și infracționalitatea. Conduita boxerului nu este orientată antisocial

și cu cât este mai agresivă, cu atît este mai performantă. Și, invers, nu orice comportament antisocial, inclusiv infracțional, poate fi caracterizat prin agresivitate. Sunt comise infracțiuni prin inacțiune, deci fără agresivitate. Destul de frecvent, agresivitatea este asociată și chiar confundată cu violența. Desigur, de cele mai multe ori comportamentul agresiv este și violent, dar sunt și cazuri de conduită agresivă (este clară intenția de a vătăma, de a face rău) în forme non-violente. Otrăvirea lentă a unei persoane este o conduită agresivă, dar non-violentă.



Puteți da și alte exemple de comportamente agresive care să nu se confunde cu cele antisociale?



Comportamentul agresiv este orientat nu numai în afara subiectului, ci și asupra sinelui. Și aici trebuie să diferențiem între actele comportamentale autodistructive, forma cea mai gravă fiind sinuciderea, și actele comportamentale care pot periclita sănătatea și echilibrul organismului (fumat, alcool, droguri). Elementul esențial de diferențiere îl constituie, desigur, prezența intenției autodistructive.

Așadar, în sinteză, putem defini agresivitatea în felul următor:

Agresivitatea desemnează orice formă de conduită orientată cu intenție către obiecte, persoane sau către sine în vederea producerii unor prejudicii, a unor răniri, distrugeri și daune.

4.5. Forme ale agresivității

Pot fi utilizate următoarele criterii de clasificare:

a) în funcție de agresor sau de persoana care adoptă o conduită agresivă;
b) în funcție de mijloacele utilizate în vederea finalizării intențiilor agresive;
c) în funcție de obiectivele urmărite;
d) în funcție de forma de manifestare a agresivității.

În raport cu primul criteriu, diferențiem:

- *agresivitatea tânărului* și *agresivitatea adultului;*
- *agresivitatea masculină* și *agresivitatea feminină;*
- *agresvitatea individuală* și *agresivitatea colectivă;*
- *agresivitatea spontană* și *agresivitatea premeditată.*

În raport cu al doilea criteriu, diferențiem:

- *agresivitatea fizică* și *agresivitatea verbală;*
- *agresivitatea directă*, cu efecte directe asupra victimei, și *agresivitatea indirectă*, între agresor și victimă existând intermediari.

Privitor la al treilea criteriu, diferențiem:

- *agresivitatea care urmărește obținerea unor beneficii, a unui câștig material;*
- *agresivitatea care urmărește predominant rănirea și chiar distrugerea victimei.*

În această privință, unii autori fac distincție între *agresivitatea datorată supărării sau mâniei* și *agresivitatea instrumentală.* Diferența principală constă în faptul că prima formă apare mai ales ca urmare a supărării sau ostilității, în timp ce a doua (instrumentală) este orientată în primul rând în direcția obținerii unui câștig material (bani, obiecte etc.), actul agresiv având rolul de mijloc de obținere a unor asemenea achiziții.

Privitor la al patrulea criteriu, putem diferenția:

- *agresivitatea violentă* și *agresivitatea non-violentă;*
- *agresivitatea latentă* și *agresivitatea manifestă.*



În mod sigur și voi ați manifestat unele comportamente agresive. Ghidându-vă după clasificarea propusă, arătați care au fost mai frecvente. Explicați de ce.

Desigur, nici pe departe nu se poate considera că aceste tipologii epuizează toate criteriile de clasificare și toate formele de existență și de manifestare a agresivității.

4.6. Cauzele agresivității

Răspunsurile oferite de specialiști la întrebarea dacă agresivitatea este sau nu înnăscută pot fi grupate astfel:

a) Agresivitatea este înnăscută. Poziția este susținută de autori precum S. Freud și K. Lorenz. Însă în timp ce pentru Freud, oamenii se nasc cu instinctul de a agresa și de a fi violenți ceea ce înseamnă că agresivitatea este predominant distructivă, la K. Lorenz,

agresivitatea interspecii are o valoare adaptativă şi este esenţială pentru supravieţuire. Animalul îşi apără teritoriul, disponibilităţile de hrană şi, îndepărtându-i pe alţii, previne supraaglomerarea. În plus, datorită faptului că cel puternic şi viguros îl învinge pe cel slab şi neputincios, se produce o selecţie naturală a celor cu un bun potenţial genetic ce va permite odată cu transmiterea lui urmaşilor reproducerea agresivităţii.



Teoriile care au abordat agresivitatea ca pe un instinct au fost supuse unor multiple critici, dar respingerea cvasigeneralizată a naturii instinctuale a agresivităţii nu înseamnă însă şi ignorarea unor influenţe biologice asupra ei, cum ar fi:

- *influenţe neuronale – există anumite zone ale cortexului care în urma stimulării electrice facilitează adoptarea de către individ a comportamentului agresiv;*
- *influenţe hormonale – masculii sunt mult mai agresivi decât femelele datorită diferenţelor de natură hormonală;*
- *influenţe biochimice – creşterea alcoolului în sânge, scăderea glicemiei pot intensifica agresivitatea.*

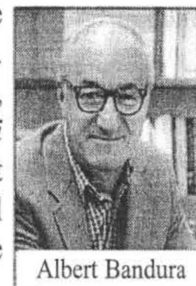
O altă perspectivă ce sugerează că agresivitatea este cel puţin parţial înnăscută este oferită în ultimii ani de către *sociobiologie*. În viziunea sociobiologilor, toate aspectele comportamentului social, inclusiv agresivitatea, pot fi înţelese în funcţie de evoluţie. Deoarece agresivitatea ajută masculii aparţinând unor specii neumane să obţină parteneri, principiile selecţiei vor favoriza în timp creşterea nivelurilor de agresivitate (cel puţin printre masculi).

b) Agresivitatea este un răspuns la frustrare. Cei care susţin această afirmaţie pleacă de la convingerea că agresivitatea este determinată de condiţiile externe. De fapt, ipoteza frustraţie-agresivitate face parte din categoria teoriilor stimulării sau provocării agresivităţii, care capătă tot mai mult sprijin din partea unor psihologi. Aceste teorii sugerează faptul că agresivitatea – mai exact conduitele agresive – s-ar origina în special într-o stimulare sau provocare externă pentru a răni sau a prejudicia pe altul. În acest sens, cea mai populară şi mai cunoscută este *teoria frustrare-agresivitate*, formulată de J. Dollard, care pleacă de la două postulate:

- „agresivitatea este întotdeauna o consecinţă a frustrării";
- „frustrarea conduce întotdeauna către o anumită formă de agresivitate".

c) Agresivitatea este o reacţie la evenimentele aversive. Expunerea la evenimente aversive (pe care preferăm să le evităm) generează afecte negative (sentimente neplăcute). Aceste sentimente, la rândul lor, activează automat tendinţele către agresivitate şi luptă.

d) Agresivitatea este un comportament social învăţat. Această poziţie este legată în special de numele lui A. Bandura (vezi figura alăturată), care formulează *teoria învăţării sociale a agresivităţii.* Potrivit acestei teorii, comportamentul agresiv se învaţă prin mai multe modalităţi, şi anume:


Albert Bandura

- direct, adică prin învăţare directă (prin recompensarea sau pedepsirea unor comportamente);
- prin observarea şi imitarea unor modele de conduită a altora, mai ales a adulţilor.



Cel mai frecvent, consideră Bandura, modelele de conduită agresivă pot fi întâlnite în:

- *familie (părinţii copiilor violenţi şi ai celor abuzaţi şi maltrataţi provin adeseori ei înşişi din familii în care, ca mijloc de disciplinare a conduitei, s-a folosit pedeapsa fizică);*
- *mediul social (în comunităţile în care modelele de conduită agresivă sunt acceptate şi admirate, agresivitatea se transmite uşor noilor generaţii; de exemplu, subcultura violentă a unor grupuri de adolescenţi oferă membrilor lor multe modele de conduită agresivă);*
- *mass-media (în special televiziunea care oferă aproape zilnic modele de conduită fizică sau verbală).*

4.7. Factori ce influenţează agresivitatea

Deşi, din nefericire, sunt extrem de mulţi, pentru o mai bună sistematizare ei pot fi grupaţi astfel:

a) factori ce ţin mai mult de individ, de conduita şi de reactivitatea lui comportamentală;
b) factori existenţi în cadrul familiei;
c) factori ce ţin de mijloacele de informare în masă.

În prima categorie includem:

• *tipul de personalitate*, în special *tipul A*, ce se caracterizează mai ales prin: extrem de competitiv; tot timpul grăbit (pe fugă); în special iritabil şi agresiv. Acest tip este complet opus *tipului B*. În urma cercetărilor efectuate, s-a demonstrat că cei ce aparțin tipului A tind să fie mult mai agresivi, într-o paletă mai largă de situații, decât cei ce aparțin tipului B;



Încearcă să faci o mică statistică. Câți dintre colegii tăi de clasă aparțin tipului A de personalitate şi câți tipului B? Tu în ce categorie te încadrezi? Ce consecințe ar apărea asupra conduitei clasei dacă raportul ar fi exact invers?

• *diferențele de sex*; toate statisticile privind infracțiunile arată în mod clar că bărbații sunt mult mai agresivi decât femeile. Cu toate acestea sunt autori care atrag atenția asupra faptului că diferențele dintre sexe privind comportamentul agresiv depind în mare măsură de rolurile şi de practicile de socializare. De exemplu, dacă stereotipurile tradiționale privind *masculinitatea* şi *feminitatea* continuă să descrească, diferențele dintre sexe privind agresivitatea pot descreşte. Şi invers, dacă asemenea stereotipuri persistă sau chiar pot să se întărească, atunci diferențele dintre sexe privind agresivitatea este de aşteptat să se accentueze;

• *frustrarea* – se menține ca una dintre cele mai frecvente surse de influențare a agresivității;

• *atacul* sau *provocarea directă*, fizică sau verbală, ce atrage, de cele mai multe ori, răspunsul agresiv al celui vizat şi, nu de puține ori, şirul răzbunărilor devine practic nesfârşit;

• *durerea fizică şi morală* poate duce la creşterea agresivității;

• *căldura* – foarte multe cercetări au constatat o legătură directă între temperaturile înalte şi manifestarea agresivității;

• *aglomerația*, în mijloacele de transport, în dormitorul unui cămin de colegiu, în casa de locuit etc., apare în calitate de agent stresor şi poate creşte agresivitatea;

• *alcoolul şi drogurile* – nu numai în rândul specialiştilor, dar şi al nespecialiştilor este recunoscut faptul că alcoolul, consumat mai ales în cantități mari, se constituie într-un important factor de risc în comiterea unor acte antisociale bazate pe violență. De asemenea, drogurile pot determina comportamentul agresiv, însă în ce măsură se poate realiza acest lucru depinde de mai mulți factori, cum ar fi: tipul drogului, mărimea dozei şi dacă subiectul este sau nu realmente amenințat şi pus în pericol;

• *materialul sexy şi pornografic*, care este accesibil oricărei categorii de vârstă în forma imaginii (poze din reviste, dar mai ales filmul, caseta video), în formă scrisă (reviste, cărți).

Din *a doua categorie*, cele mai grave forme de manifestare a agresivității în cadrul familiei sunt *bătaia* şi *incestul* cu consecințe extrem de nefavorabile asupra procesului de dezvoltare şi maturizare psihocomportamentală. Din nefericire, în viața de zi cu zi pe multe meridiane ale globului, bătaia este frecvent folosită, luând uneori forme extrem de grave, provocând copiilor leziuni corporale şi chiar decesul. Violența manifestată în cadrul familiei şi, mai ales, asupra copiilor a atras de mult atenția specialiştilor care, la rândul lor, au încercat să evidențieze structurile de personalitate specifice celor care maltratează copiii, mecanismele şi dispozitivele motivaționale care susțin asemenea forme de conduită, consecințele imediate şi de perspectivă asupra sănătății fizice şi psihice a copiilor supuşi unui asemenea tratament.

Din cea de-*a treia categorie* se distinge în special *violența expusă prin intermediul televiziunii şi presei*. Foarte multe cercetări efectuate au condus la concluzia că vizionarea scenelor şi imaginilor cu violență este asociată cu comportamentul agresiv.



Au existat chiar şi încercări de a scoate în evidență procesele care explică modul în care violența expusă de mass-media stimulează creşterea agresivității (Baron şi Byrne, 1991). Acestea ar fi următoarele:

• *expunerea la violență slăbeşte inhibițiile spectatorilor privind angajarea în asemenea comportamente. Raționamentul ar fi: „dacă aceste persoane pot să facă, atunci pot şi eu";*

• *expunerea la violență oferă privitorilor noi tehnici de a-i ataca şi vătăma pe alții. Şi asemenea comportamente odată achiziționate tind să fie utilizate în contexte potrivite;*

• *urmărirea altor persoane, angajate în acțiuni agresive, poate influența cognițiile privitorilor în câteva moduri: 1. asemenea materiale pot activa gândurile şi imaginile agresive, acestea fiind disponibile în sistemul cognitiv al privitorului; 2. expunerea la filme şi emisiuni de televiziune agresive pot întări şi activa scenariile referitoare la agresivitate – idei despre ce evenimente s-ar putea întâmpla sau sunt potrivite într-un mediu dat;*

• *expunerea continuă la violență prin mass-media poate reduce sensibilitatea emoțională la violență şi la consecințele sale.*

4.8. Modalități de prevenire și reducerea a agresivității

Agresivitatea nu este un răspuns automat, programat, de aceea ea poate fi prevenită sau cel puțin redusă. Sunt cunoscute deja unele căi propuse.

a) Catharzisul (una dintre cele mai vechi), legat de așa-numitul *„model hidraulic"* (energia agresivă acumulată ca urmare a impulsurilor instinctuale sau a frustrării resimte nevoia descărcării); trebuie găsite însă modalitățile de descărcare a tensiunii emoționale și de reducere a pornirii către conduita agresivă. Cel mai frecvent întâlnite par a fi următoarele:

- consumarea tendinței agresive la nivelul imaginarului, al fanteziilor (teorie dezvoltată de S.Freud);
- angajarea în acțiuni violente efective, dar fără consecințe antisociale: practicarea unor sporturi, agresivitate față de obiecte neînsuflețite (idee anticipată deja de Platon).

Cercetările experimentale mai noi au condus însă, după cum s-a mai menționat, la concluzia cvasigeneralizată potrivit căreia modalitățile de substituire a comportamentului agresiv nu conduc la o reducere a violenței, ci dimpotrivă la o potențare și o intensificare a ei.

b) Pedepsa, care este folosită din cele mai vechi timpuri și în cele mai diverse forme. De cele mai multe ori, ea se aplică în urma manifestării agresivității, în vederea sancționării acesteia și, totodată, cu intenția clară de a preveni repetarea actelor de violență. Pedepsele pot fi instituționalizate (cum ar fi cazul sancțiunilor juridice) și neinstituționalizate (cum ar fi cele din cadrul familiei).



După unii autori, pentru ca pedepsa să fie eficientă, trebuie să fie îndeplinite câteva condiții și anume:

- *pedepsa trebuie să fie promptă – trebuie să urmeze cât mai repede posibil agresivității;*
- *trebuie să fie intensă – adică să aibă o magnitudine suficientă pentru a fi adversativă pentru cei care ar putea să o primească;*
- *trebuie să fie probabilă – probabilitatea ca ea să urmeze acțiunile agresive trebuie să fie destul de mare.*

c) Reducerea efectelor învățării sociale. Pentru a preveni imitarea și învățarea comportamentului agresiv, trebuie evitat pe cât posibil contactul copilului cu modelele de conduită agresivă. De asemenea, în munca educativă trebuie insistat pe direcția realizării unor „frâne agresivo-inhibitive" care să-l ferească pe subiect din interior de angajarea în confruntări de natură agresivă. Un obiectiv central al muncii educative îl constituie formarea unui model de tip „conduită amânată" care în urma raționalizării situației conflictuale, a efectelor și consecințelor posibile îl ajută pe subiect să nu dea curs imediat oricărei provocări de natură agresivă. Desigur, munca educativă desfășurată atent și temeinic conduce la formarea mai generală a unor deprinderi și abilități de raportare și comunicare interpersonală și socială, la formarea unor capacități empatice și a unor aptitudini pentru parteneriat, toate acestea funcționând la rândul lor ca mijloace de frânare și de reducere a tendințelor de adoptare a comportamentului agresiv.

d) Alte tehnici pentru reducerea agresivității sunt menționate de către Baron (1983):

- *expunerea la modele nonagresive;* persoanele expuse la asemenea modele au demonstrat mai târziu niveluri mai scăzute ale agresivității, chiar dacă erau provocate;



Salvarea de la înec, model nonagresiv

- *formarea unor deprinderi sociale pozitive*, cu ajutorul cărora să-și exprime dorințele față de alții, să se autoexprime și să manifeste sensibilitate față de stările emoționale ale altora;
- *răspunsuri incompatibile*: starea afectivă pozitivă ca mijloc de reducere a supărării; această tehnică se bazează pe principiul: este imposibil să te angajezi în două răspunsuri incomaptibile sau să trăiești simultan două stări emoționale incompatibile. Concret, când unor persoane supărate li se induc reacții sau stări emoționale incomaptibile cu supărarea sau agresivitatea (de exemplu, empatie, umor etc.), acestea vor arăta niveluri reduse ale agresivității.

APLICAȚII

1. Cercetările de psihologie socială arată că oamenii nu-s mai puțin dispuși să-i ridice de pe trotuar pe cei doborâți de băutură, să-i însoțească pe nevăzători, să-i sprijine pe cei oribil mutilați.

Care credeți că ar putea fi explicația? Dintre cele trei teorii ale comportamentului de ajutorare prezentate, care credeți că se potrivește cel mai bine? Explicați de ce.

2. În 1964, o tânără a fost omorâtă în stradă sub privirea a 73 de persoane. Nimeni nu a intervenit, nu a dat telefon la poliție, deși privea scena de la ferestrele apartamentelor.

Cum explicați acest fenomen aparent inexplicabil?

3. Dacă ați avea putere de decizie, ce tipuri de emisiuni de televiziune ați recomanda pentru tineri? De ce?

4. Dați exemple de comportamente agresive valorizate de societate.

5. Prezentați argumente în baza cărora practicarea unor sporturi devine un mijloc de reducere a agresivității.

6. Prezentați argumente în baza cărora să demonstrați că agresivitatea și violența sunt înlăturate prin adoptarea „conduitei amânate".

7. Ce ar trebui să facă școala pentru reducerea agresivității și violenței?

8. Un om se deplasează cu mașina, el afirmând că întotdeauna ajută pe oricine se află în nevoie. La o cotitură, cineva îi face semn să oprească , dar el nu răspunde, spunând ulterior că a procedat așa de teamă să nu fie păcălit de un răufăcător. A aflat apoi că persoana respectivă a decedat datorită lipsei de ajutor.

Ce putem spune despre atitudinile lui sociale?

9. De câte ori făcea ceva rău nepotul său, bunicul bătea un cui într-o ușă de lemn. Când s-a umplut ușa, bunicul i-a arătat-o nepotului, acesta promițând rușinat că va face de acum înainte numai lucruri bune. Bunicul i-a promis că pentru fiecare faptă bună va scoate câte un cui. Când au fost scoase toate cuiele, nepotul a exclamat în culmea fericirii: „Vezi, bunicule, nu mai este nici un cui!" Și atunci bunicul i-a răspuns: „Da, într-adevăr, nu mai este nici un cui, dar au rămas găurile..."

Încercați să surprindeți tâlcul spuselor bunicului.

CUPRINS